

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**  
**Рабочие программы учебных дисциплин**  
**и учебных предметов**  
**по специальности**  
**49.02.01 Физическая культура**

Приложение 2  
к ООП СПО по специальности  
49.02.01 Физическая культура  
Рабочие программы учебных дисциплин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.01 ИСТОРИЯ РОССИИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

2025 г.

## **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 СГ 01 ИСТОРИЯ РОССИИ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина СГ.01. История России является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 06.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

| Коды ОК, ПК                                                       | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01,<br>ОК 02,<br>ОК 03,<br>ОК 04,<br>ОК 05,<br>ОК 06,<br>ОК 09 | отражать понимание России в мировых политических и социально-экономических процессах XX - начала XXI века, знание достижений страны и ее народа; умение характеризовать историческое значение Российской революции, Гражданской войны, Новой экономической политики, индустриализации и коллективизации в СССР, решающую роль СССР в победе над нацизмом, значение советских научно-технологических успехов, освоения космоса; понимание причин и следствий распада СССР, возрождения Российской Федерации как мировой державы, воссоединения Крыма с Россией, специальной военной операции на Украине и других важнейших событий XX – начала XXI века; особенности развития культуры народов СССР (России); составлять описание (реконструкцию) в устной и письменной форме исторических событий, явлений, процессов истории | основные периоды истории Российского государства, ключевые социально-экономические процессы, а также даты важнейших событий отечественной истории; имена героев Первой мировой, Гражданской, Великой Отечественной войн, исторических личностей, внесших значительный вклад в социально-экономическое, политическое и культурное развитие России в XX – начале XXI века; ключевые события, основные даты и этапы истории России и мира в XX – начале XXI века; выдающихся деятелей отечественной и всемирной истории; важнейших достижений культуры, ценностных ориентиров; основные этапы эволюции внешней политики России, роль и место России в общемировом пространстве; основные тенденции и явления в культуре; роль науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций; Россия накануне Первой мировой войны. Ход военных |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>родного края, истории России и всемирной истории XX - начала XXI века и их участников, образа жизни людей и его изменения в Новейшую эпоху; формулировать и обосновывать собственную точку зрения (версию, оценку) с опорой на фактический материал, в том числе используя источники разных типов;</p> <p>~</p> <p>выявлять существенные черты исторических событий, явлений, процессов; систематизировать историческую информацию в соответствии с заданными критериями; сравнивать изученные исторические события, явления, процессы;</p> <p>~</p> <p>осуществлять с соблюдением правил информационной безопасности поиск исторической информации по истории России и зарубежных стран XX – начала XXI века в справочной литературе, сети Интернет, СМИ для решения познавательных задач; оценивать полноту и достоверность информации с точки зрения ее соответствия исторической действительности;</p> <p>~</p> <p>анализировать текстовые, визуальные источники исторической информации, в том числе исторические карты/схемы, по истории России и зарубежных стран XX – начала XXI века; сопоставлять информацию, представленную в различных источниках; формализовать историческую информацию в виде таблиц, схем,</p> | <p>действий. Власть, общество, экономика, культура. Предпосылки революции; Февральская революция 1917 года. Двоевластие. Октябрьская революция. Первые преобразования большевиков. Гражданская война и интервенция. Политика «военного коммунизма». Общество, культура в годы революций и Гражданской войны;</p> <p>~</p> <p>Нэп. Образование СССР. СССР в годы нэпа. «Великий перелом». Индустриализация, коллективизация, культурная революция. Первые Пятилетки. Политический строй и репрессии. Внешняя политика СССР. Укрепление обороноспособности;</p> <p>~</p> <p>Великая Отечественная война 1941-1945 годы: причины, силы сторон, основные операции. Государство и общество в годы войны, массовый героизм советского народа, единство фронта и тыла, человек на войне. Нацистский оккупационный режим, зверства захватчиков. Освободительная миссия Красной Армии. Победа над Японией. Решающий вклад СССР в Великую Победу. Защита памяти о Великой Победе;</p> <p>~</p> <p>СССР в 1945-1991 годы. Экономическое развитие и реформы.</p> <p>Политическая система «развитого социализма». Развитие науки, образования, культуры. «Холодная война» и внешняя политика. СССР и мировая социалистическая система. Причины распада Советского Союза; Российская Федерация в 1992-2022 годы. Становление новой России. Возрождение Российской Федерации как великой державы в XXI веке.</p> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>~ графиков, диаграмм;<br/>защищать историческую правду, не допускать умаления подвига народа при защите Отечества, готовность давать отпор фальсификациям российской истории;</p> <p>– демонстрировать патриотизм, гражданственность, уважение к своему Отечеству — многонациональному Российскому государству, в соответствии с идеями взаимопонимания, согласия и мира между людьми и народами, в духе демократических ценностей современного общества;</p> <p>~ анализировать, характеризовать и сравнивать исторические события, явления, процессы с древнейших времен до настоящего времени;</p> <p>~ причинно-следственные, пространственные связи исторических событий, явлений, процессов с древнейших времен до настоящего времени.</p> | <p>Экономическая и социальная модернизация. Культурное пространство и повседневная жизнь. Укрепление обороноспособности. Воссоединение с Крымом и Севастополем. Специальная военная операция. Место России в современном мире;</p> <p>~ роли России в мировых политических и социально-экономических процессах с древнейших времен до настоящего времени.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                            | Объем в часах |
|-----------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы</b>        | <b>96</b>     |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b> | <b>-</b>      |
| в т. ч.:                                      |               |
| теоретическое обучение                        | 14            |
| Самостоятельная работа                        | 77            |
| <b>Промежуточная аттестация:</b>              | <b>5</b>      |
| Консультация                                  | 2             |
| экзамен                                       | 5             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                         | Содержание 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                                                                     |
| <b>Тема 1. Россия – великая наша держава</b>        | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b>                                                                | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3             |
|                                                     | Гимн России. Становление духовных основ России. Место и роль России в мировом сообществе. Содружество народов России и единство российской цивилизации. Пространство России и его геополитическое, экономическое и культурное значение. Российские инновации и устремленность в будущее. |                                                                         |                                                                       |
|                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>1</b>                                                                |                                                                       |
|                                                     | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                              | 1                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 2. Александр Невский как спаситель Руси</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b>                                                                | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3                    |
|                                                     | Выбор союзников Даниилом Галицким. Александр Ярославович. Невская битва и Ледовое побоище. Столкновение двух христианских течений: православие и католичество. Любечский съезд. Русь и Орда. Отношение Александра с Ордой.                                                               |                                                                         |                                                                       |
|                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>1</b>                                                                |                                                                       |
|                                                     | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                              | 1                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 3. Смута и её преодоление</b>               | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b>                                                                | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3                    |
|                                                     | Династический кризис и причины Смутного времени. Избрание государей посредством народного голосования. Столкновение с иностранными захватчиками и зарождение гражданско-патриотической идентичности в ходе 1-2 народного ополчений.                                                      |                                                                         |                                                                       |
|                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>1</b>                                                                |                                                                       |
|                                                     | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                              | 1                                                                       |                                                                       |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |          |                                                           |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------|
| <b>Тема 4. Волим под царя восточного, православного</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                         | Взаимоотношения России и Польши. Вопросы национальной и культурной идентичности приграничных княжеств западной и южной Руси (Запорожское казачество). Борьба за свободу под руководством Богдана Хмельницкого. Земский собор 1653 г. и Переяславская Рада 1654 г.                                                                        |          |                                                           |
| <b>Тема 5. Пётр Великий. Строитель великой империи</b>  | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3 |
|                                                         | Взаимодействие Петра I с европейскими державами (северная война, прутские походы). Формирование нового курса развития России: западноориентированный подход. Россия – империя. Социальные, экономические и политические изменения в стране. Строительство великой империи: цена и результаты.                                            |          |                                                           |
|                                                         | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>1</b> |                                                           |
|                                                         | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1        |                                                           |
| <b>Тема 6. Отторженная возвратих</b>                    | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                         | Просвещённый абсолютизм в России. Положение Российской империи в мировом порядке: русско-турецкие войны (присоединение Крыма), разделы Речи Посполитой. Расцвет культуры Российской империи и её значение в мире. Строительство городов в Северном Причерноморье.                                                                        |          |                                                           |
| <b>Тема 7. Крымская война – «Пиррова победа Европы»</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                         | «Восточный вопрос». Положение держав в восточной Европе. Курс императора Николая I. Расстановка сил перед Крымской войной. Ход военных действий. Оборона Севастополя. Итоги Крымской войны.                                                                                                                                              |          |                                                           |
| <b>Тема 8. Гибель империи</b>                           | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                         | Первая русская революция 1905-1907 гг. Первая мировая война и её значение для российской истории: причины, предпосылки, ход военных действий (Брусиловский прорыв), расстановка сил. Февральская революция и Брестский мир. Октябрь 1917 г. как реакция на происходящие события: причины и ход Октябрьской революции. Гражданская война. |          |                                                           |
| <b>Тема 9. От великих потрясений к Великой победе</b>   | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                         | Новая экономическая политика. Антирелигиозная компания. Коллективизация и ее последствия. Индустриализация. Патриотический                                                                                                                                                                                                               |          |                                                           |

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |          |                                                           |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------|
|                                                                    | поворот в идеологии советской власти и его выражение в Великой Отечественной Войне.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |                                                           |
| <b>Тема 10. Вставай, страна огромная</b>                           | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                                    | Причины и предпосылки Второй мировой войны. Основные этапы и события Великой Отечественной войны. Патриотический подъем народа в годы Отечественной Войны. Фронт и тыл. Защитники Родины и пособники нацистов. Великая Отечественная война в исторической памяти нашего народа.                                                                                                         |          |                                                           |
| <b>Тема 11. В буднях великих строек</b>                            | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                                    | Геополитические результаты Великой Отечественной. Экономика и общество СССР после Победы. Пути восстановления экономики – процессы и дискуссии. Экономическая модель послевоенного СССР, идеи социалистической автаркии. Продолжение и последующее сворачивание патриотического курса в идеологии. Атомный проект и создание советского ВПК. План преобразования природы.               |          |                                                           |
| <b>Тема 12. От перестройки к кризису, от кризиса к возрождению</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3 |
|                                                                    | Идеология и действующие лица «перестройки». Россия и страны СНГ в 1990-е годы. Кризис экономики – цена реформ. Безработица и криминализация общества. Пропаганда деструктивных идеологий среди молодёжи. Олигархизация. Конфликты на Северном Кавказе. Положение национальных меньшинств в новообразованном государстве.                                                                |          |                                                           |
| <b>Тема 13. Россия. XXI век</b>                                    | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3 |
|                                                                    | Запрос на национальное возрождение в обществе. Укрепление патриотических настроений. Владимир Путин. Деолигархизация и укрепление вертикали власти. Курс на суверенную внешнюю политику: от Мюнхенской речи до операции в Сирии. Экономическое возрождение: энергетика, сельское хозяйство, национальные проекты. Возвращение ценностей в конституцию. Спецоперация по защите Донбасса. |          |                                                           |
| <b>Тема 14. История антироссийской пропаганды</b>                  | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09           |
|                                                                    | Ливонская война – истоки русофобской мифологии. «Завещание Петра великого» - антироссийская фальшивка. Пропаганда Наполеона Бонапарта.                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                                                           |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |                                                           |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------|
|                                       | Либеральная и революционная антироссийская пропаганда в Европе в XIX столетии и роль в ней российской революционной эмиграции. Образ большевистской угрозы в подготовке гитлеровской агрессии. Антисоветская пропаганда эпохи Холодной войны. Мифологемы и центры распространения современной русофобии.                                                                                                                                                                                |           | ПК 2.3                                                    |
| <b>Тема 15. Слава русского оружия</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>6</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3 |
|                                       | Ранние этапы истории русского оружейного дела: государев пушечный двор, тульские оружейники. Значение военно-промышленного комплекса в истории экономической модернизации Российской Империи: Путиловский и Обуховский заводы, развитие авиации. Сталинская индустриализация. Пятилетки. ВПК в эпоху Великой Отечественной Войны – всё для фронта, всё для победы. Космическая отрасль, авиация, ракетостроение, кораблестроение. Современный российский ВПК и его новейшие разработки. |           |                                                           |
|                                       | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>1</b>  |                                                           |
|                                       | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1         |                                                           |
| <b>Тема 16. Россия в деле</b>         | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>6</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09<br>ПК 2.3 |
|                                       | Высокие технологии. Энергетика. Сельское хозяйство. Освоение Арктики. Развитие сообщений – дороги и мосты. Космос. Перспективы импортозамещения и технологических рывков.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |                                                           |
|                                       | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>1</b>  |                                                           |
|                                       | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1         |                                                           |
| Промежуточная аттестация:             | Промежуточная аттестация:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>10</b> |                                                           |
|                                       | Консультация                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                                                           |
|                                       | Экзамен                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 8         |                                                           |
| <b>Всего:</b>                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>96</b> |                                                           |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Социально-гуманитарных дисциплин», оснащенный в соответствии.

#### 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. Артемов, В. В. История (для всех специальностей СПО) : учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / В.В. Артемов, Ю.Н. Лубченков. - 3-е изд., стер. — Москва : Академия, 2020. — 256 с.

2. Зуев, М. Н. История России XX – начала XXI века : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Зуев, С. Я. Лавренов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 299 с.

3. История России XX – начала XXI века : учебник для среднего профессионального образования / Д. О. Чураков [и др.] ; под редакцией Д. О. Чуракова, С. А. Саркисяна. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 311 с.

4. История России с древнейших времен до наших дней : учебное пособие / А. Х. Даудов, А. Ю. Дворниченко, Ю. В. Кривошеев [и др.] ; под. ред. А. Х. Даудов. - СПб : Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2019. - 368 с.

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. Бугров, К. Д. История России : учебное пособие для СПО / К. Д. Бугров, С. В. Соколов. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 125 с. — ISBN 978-5-4488-1105-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/104903>

2. Зуев, М. Н. История России XX - начала XXI века : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Зуев, С. Я. Лавренов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 299 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-01245-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491562> (дата обращения: 10.02.2022).

3. История России XX - начала XXI века : учебник для среднего профессионального образования / Д. О. Чураков [и др.] ; под редакцией Д. О. Чуракова, С. А. Саркисяна. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 311 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13853-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467055> (дата обращения: 10.02.2022).

4. Сафонов, А. А. История (конец XX — начало XXI века) : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Сафонов, М. А. Сафонова. — Москва :

Издательство Юрайт, 2022. — 245 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12892-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496927> (дата обращения: 10.02.2022).

5. История России с древнейших времен до наших дней : учебное пособие / А. Х. Даудов, А. Ю. Дворниченко, Ю. В. Кривошеев [и др.] ; под. ред. А. Х. Даудов. - СПб : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2019. - 368 с. - ISBN 978-5-288-05973-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1081437> (дата обращения: 12.09.2022). — Режим доступа: по подписке.

6. Тропов, И. А. История / И. А. Тропов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 472 с. — ISBN 978-5-507-46402-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308750> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Волошина, В.Ю. История России. 1917-1993 годы: учебное пособие для среднего профессионального образования / В.Ю. Волошина, А.Г. Быкова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 242 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05792-8. — Текст: непосредственный.

2. История России. XX – начало XXI века: учебник для среднего профессионального образования / Л.И. Семенникова [и др.]; под редакцией Л.И. Семенниковой. — 7-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 328 с. - (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09384. — Текст: непосредственный.

3. История: учебное пособие / П.С. Самыгин, С.И. Самыгин, В.Н. Шевелев, Е.В. Шевелева. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 528 с. — (Среднее профессиональное образование). — ISBN 978-5-16-102693-9. — Текст: непосредственный.

4. Касьянов, В.В. История России: учебное пособие для среднего профессионального образования / В.В. Касьянов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09549-4. — Текст: непосредственный.

5. Кириллов, В.В. История России: учебник для среднего профессионального образования / В.В. Кириллов, М.А. Бравина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 565 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08560-0. — Текст: непосредственный.

6. Князев, Е.А. История России XX век: учебник для среднего профессионального образования / Е.А. Князев. — Москва: Юрайт, 2021. — 234 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13336-3. — Текст: непосредственный.

7. Крамаренко, Р.А. История России: учебное пособие для среднего профессионального образования / Р.А. Крамаренко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09199-1. — Текст: непосредственный.

8. Мокроусова, Л.Г. История России: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л.Г. Мокроусова, А. Н. Павлова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 128 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08376-7. — Текст: непосредственный.

9. Некрасова, М.Б. История России: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М.Б. Некрасова. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2020. – 363 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-05027-1. – Текст: непосредственный.

10. Прядеин, В.С. История России в схемах, таблицах, терминах и тестах: учебное пособие для среднего профессионального образования / В.С. Прядеин; под научной редакцией В.М. Кириллова. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 198 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-05440-8. – Текст: непосредственный.

11. Санин, Г.А. Крым. Страницы истории: пособие для учителей общеобразовательных организаций / Г.А. Санин. – Москва: Просвещение, 2015. – 80 с. – ISBN 978-5-09-034351-0. – Текст: непосредственный.

12. Степанова, Л.Г. История России. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л.Г. Степанова. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 231 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-10705-0. – Текст: непосредственный.

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

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Методы оценки                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках учебной дисциплины</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |
| <p>основные периоды истории Российского государства, ключевые социально-экономические процессы, а также даты важнейших событий отечественной истории; имена героев Первой мировой, Гражданской, Великой Отечественной войн, исторических личностей, внесших значительный вклад в социально-экономическое, политическое и культурное развитие России в XX – начале XXI века;</p> <p>ключевые события, основные даты и этапы истории России и мира в XX – начале XXI века; выдающихся деятелей отечественной и всемирной истории; важнейших достижений культуры, ценностных ориентиров;</p> <p>основные этапы эволюции внешней политики России, роль и место России в общемировом пространстве;</p> <p>основные тенденции и явления в культуре; роль науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;</p> <p>Россия накануне Первой мировой войны. Ход военных действий. Власть,</p> | <p>Демонстрация знания об основных тенденциях экономического, политического и культурного развития России.</p> <p>Демонстрация знания об основных источниках информации и ресурсов для решения задач и проблем в историческом контексте.</p> <p>Демонстрирование знания о приемах структурирования информации.</p> <p>Демонстрация знания о формате оформления результатов поиска информации.</p> <p>Демонстрирование знания о возможных траекториях личностного развития в соответствии с принятой системой ценностей.</p> <p>Демонстрация знания о психологии коллектива психологии личности.</p> <p>Сформированность знаний о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций.</p> <p>Демонстрация знания о сущности гражданско-патриотической позиции.</p> <p>Демонстрация знания об общечеловеческих ценностях.</p> <p>Демонстрация знания о содержании и назначении важнейших правовых и законодательных актов государственного значения.</p> <p>Сформированность знаний о перспективных направлениях и основных проблемах развития</p> | <p>Экспертное наблюдение и оценивание знаний на теоретических занятиях.</p> <p>Оценивание выполнения индивидуальных и групповых заданий.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                 |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|
| <p>общество, экономика, культура. Предпосылки революции;</p> <p>~ Февральская революция 1917 года. Двоевластие. Октябрьская революция. Первые преобразования большевиков.</p> <p>Гражданская война и интервенция. Политика «военного коммунизма».</p> <p>Общество, культура в годы революций и</p> <p>~ Гражданской войны;</p> <p>Нэп. Образование СССР. СССР в годы нэпа. «Великий перелом».</p> <p>Индустриализация, коллективизация, культурная революция. Первые Пятилетки.</p> <p>Политический строй и репрессии. Внешняя политика СССР.</p> <p>Укрепление</p> <p>~ Обороноспособности;</p> <p>Великая Отечественная война 1941-1945 годы: причины, силы сторон, основные операции.</p> <p>Государство и общество в годы войны, массовый героизм советского народа, единство фронта и тыла, человек на войне.</p> <p>Нацистский оккупационный режим, зверства захватчиков.</p> <p>Освободительная миссия Красной Армии. Победа над Японией. Решающий вклад СССР в Великую Победу. Защита памяти о Великой Победе;</p> <p>~ СССР в 1945-1991 годы.</p> <p>Экономические развитие и реформы.</p> <p>Политическая система «развитого социализма». Развитие науки, образования, культуры.</p> <p>«Холодная война» и внешняя политика. СССР и мировая</p> | <p>РФ на современном этапе.</p> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>социалистическая система.<br/>Причины распада Советского Союза;<br/>Российская Федерация в 1992-2022 годы.<br/>Становление новой России. Возрождение Российской Федерации как великой державы в XXI веке.<br/>Экономическая и социальная модернизация.<br/>Культурное пространство и повседневная жизнь.<br/>Укрепление обороноспособности.<br/>Воссоединение с Крымом и Севастополем.<br/>Специальная военная операция. Место России в современном мире.</p>                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                 |
| <p><b>Перечень умений, осваиваемых в рамках учебной дисциплины</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                 |
| <p>отражать понимание России в мировых политических и социально-экономических процессах XX - начала XXI века, знание достижений страны и ее народа; умение характеризовать историческое значение Российской революции, Гражданской войны, Новой экономической политики, индустриализации и коллективизации в СССР, решающую роль СССР в победе над нацизмом, значение советских научно-технологических успехов, освоения космоса; понимание причин и следствий распада СССР, возрождения Российской Федерации как мировой державы, воссоединения Крыма с Россией, специальной военной операции на Украине и других важнейших событий XX – начала XXI века; особенности развития культуры</p> | <p>Демонстрация умения ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире.<br/>Демонстрирование умения распознавать задачу и/или проблему в историческом контексте.<br/>Демонстрация умения анализировать задачу и/или проблему в историческом контексте и выделять ее составные части.<br/>Демонстрация умения оценивать результат и последствия исторических событий.<br/>Сформированность умений определять задачи поиска исторической информации.<br/>Демонстрация умения определять необходимые источники информации.<br/>Демонстрация умения</p> | <p>Подготовка выступлений с проблемно-тематическими сообщениями (докладами, презентациями).</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>народов СССР (России);</p> <p>анализировать текстовые, визуальные источники исторической информации, в том числе исторические карты/схемы, по истории России и зарубежных стран XX – начала XXI века; сопоставлять информацию, представленную в различных источниках; формализовать историческую информацию в виде таблиц, схем, графиков, диаграмм;</p> <p>~ защищать историческую правду, не допускать умаления подвига народа при защите Отечества, готовность давать отпор фальсификациям российской истории;</p> <p>~ составлять описание (реконструкцию) в устной и письменной форме исторических событий, явлений, процессов истории родного края, истории России и всемирной истории XX - начала XXI века и их участников, образа жизни людей и его изменения в Новейшую эпоху; формулировать и обосновывать собственную точку зрения (версию, оценку) с опорой на фактический материал, в том числе используя источники разных типов;</p> <p>~ выявлять существенные черты исторических событий, явлений, процессов; систематизировать историческую информацию в соответствии с заданными критериями; сравнивать</p> | <p>структурировать получаемую информацию.</p> <p>Демонстрация умения выделять наиболее значимое в перечне информации.</p> <p>Демонстрация умения оценивать практическую значимость результатов поиска и умения оформлять результаты поиска.</p> <p>Сформированность умения выстраивать траекторию личностного развития в соответствии с принятой системой ценностей.</p> <p>Демонстрация умения организовывать и мотивировать коллектив для совместной деятельности.</p> <p>Демонстрация умения излагать свои мысли в контексте современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире.</p> <p>Демонстрирование умения осознавать личную ответственность за судьбу России.</p> <p>Демонстрация умения проявлять социальную активность и гражданскую зрелость.</p> <p>Демонстрирование умения применять средства информационных технологий для решения поставленных задач.</p> <p>Сформированность умения анализировать правовые и законодательные акты регионального значения.</p> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>изученные исторические события, явления, процессы;</p> <p>~ осуществлять с соблюдением правил информационной безопасности поиск исторической информации по истории России и зарубежных стран XX – начала XXI века в справочной литературе, сети Интернет, СМИ для решения познавательных задач; оценивать полноту и достоверность информации с точки зрения ее соответствия исторической действительности;</p> <p>– характеризовать места, участников, результаты важнейших исторических событий в истории Российского государства;</p> <p>~ соотносить год с веком, устанавливать последовательность и длительность исторических событий;</p> <p>~ давать оценку историческим событиям и обосновывать свою точку зрения с помощью исторических фактов и собственных аргументов;</p> <p>~ применять исторические знания в учебной и внеучебной деятельности, в современном поликультурном, полиэтничном и многоконфессиональном обществе;</p> <p>~ демонстрировать патриотизм, гражданственность, уважение к своему Отечеству — многонациональному Российскому государству, в соответствии с идеями</p> |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|                                                                                                                          |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>взаимопонимания, согласия и мира между людьми и народами, в духе демократических ценностей современного общества.</p> |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.02 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**  
**В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 09.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 09      | <p>понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;</p> <p>строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);</p> <p>писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</p> | <p>- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;</p> <p>- основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика);</p> <p>- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;</p> <p>- особенности произношения;</p> <p>- правила чтения текстов профессиональной направленности</p> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                 | Объем в часах |
|----------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 120           |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 16            |
| в т. ч.:                                           |               |
| теоретическое обучение                             | -             |
| практические занятия                               | 2             |
| <i>Самостоятельная работа</i>                      | 104           |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет  |               |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                     | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                                | Объем, акад. ч.<br>/ в том числе в<br>форме<br>практической<br>подготовки,<br>акад. ч. | Коды<br>компетенций,<br>формированию<br>которых<br>способствует<br>элемент<br>программы |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>1</i>                                                                        | <i>2</i>                                                                                                  | <i>3</i>                                                                               | <i>4</i>                                                                                |
| <b>Раздел 1. Система образования в России и стране/странах изучаемого языка</b> |                                                                                                           | <b>34</b>                                                                              |                                                                                         |
| <b>Тема 1.<br/>Система образования в<br/>России</b>                             | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                      | <b>16</b>                                                                              | ОК 09                                                                                   |
|                                                                                 | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                              | <b>16</b>                                                                              |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 1.</b> Имя существительное и его особенности в изучаемом языке                    | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 2.</b> Система общего образования в России                                        | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 3.</b> Система дополнительного образования в России                               | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 4.</b> Становление системы физического воспитания в России                        | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 5.</b> Физическая культура и спорт в системе общего и дополнительного образования | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 6.</b> Занятия по физической культуре будущего. Презентация буклета               | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 7.</b> Система СПО и ВПО в России                                                 | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 8.</b> Поисковое чтение «Образование в России»                                    | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                            | 1                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | Чтение текста, перевод, пересказ                                                                          | 1                                                                                      |                                                                                         |
| <b>Тема 2<br/>Система образования в<br/>стране/странах изучаемого<br/>языка</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                      | <b>18</b>                                                                              | ОК 09                                                                                   |
|                                                                                 | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                              | <b>18</b>                                                                              |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 9.</b> Глагол как часть речи и его особенности в изучаемом языке                  | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 10.</b> Система школьного образования в стране/странах изучаемого языка           | 2                                                                                      |                                                                                         |
|                                                                                 | <b>Практическое занятие 11.</b> Система СПО и ВПО в стране/странах изучаемого языка                       | 2                                                                                      |                                                                                         |

|                                                                                               |                                                                                                                                                                                 |           |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 12.</b> Ознакомительное и поисковое чтение: тексты «Образование в странах изучаемого языка»                                                             | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 13.</b> Известные колледжи страны/стран изучаемого языка                                                                                                | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 14.</b> Рейтинг самых престижных вузов мира                                                                                                             | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 15.</b> Составление аннотации текста профессиональной направленности «Образование для разных детей»                                                     | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 16.</b> Сравнительная характеристика систем образования в России и в стране/странах изучаемого языка. Кластер                                           | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 17.</b> Изучающее чтение: текст «Конвенция о правах детей»                                                                                              | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                  | 1         |       |
|                                                                                               | Чтение текста, перевод, пересказ                                                                                                                                                | 1         |       |
| <b>Раздел 2. Развитие физической культуры и спорта в РФ и стране/странах изучаемого языка</b> |                                                                                                                                                                                 | <b>44</b> |       |
| <b>Тема 1. Развитие физической культуры и спорта в РФ</b>                                     | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                            | <b>32</b> | ОК 09 |
|                                                                                               | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                    | <b>32</b> |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 18.</b> Имя прилагательное и его особенности в изучаемом языке                                                                                          | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 19.</b> Развитие спорта и физической культуры в моем городе»: обсуждение уровня и перспектив развития физической культуры и спорта в родном городе      | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 20.</b> Развитие олимпийских видов спорта в России. Достижения российских спортсменов                                                                   | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 21.</b> Спорт и физическая культура в России. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности                                                           | 2         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 22.</b> Работа со статьей профессиональной направленности. Аннотация                                                                                    | 4         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 23.</b> Перевод профессионального текста. Инструкция к выполнению задания. Условия выполнения задания. Критерии оценивания                              | 4         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 24.</b> Техника работы со словарем. Особенности перевода аутентичного текста, содержащего профессиональную лексику. Выполнение тренировочных упражнений | 4         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 25.</b> Ответ на вопросы к тексту - часть практического задания «Перевод профессионального текста». Выполнение тренировочных упражнений                 | 4         |       |
|                                                                                               | <b>Практическое занятие 26.</b> Перевод аутентичного текста «Спорт и физическая культура в России», ответы на вопросы к тексту                                                  | 2         |       |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |           |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 27.</b> Поисковое чтение «Развитие олимпийских видов спорта в России »                                                                                  | 4         |       |
|                                                                                                   | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                  | 1         |       |
|                                                                                                   | Чтение текста, перевод, пересказ                                                                                                                                                | 1         |       |
| <b>Тема 2.</b><br><b>Развитие физической культуры и спорта в стране/странах изучаемого языка</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                            | 12        | ОК 06 |
|                                                                                                   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                    | 12        |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 28.</b> Глагольные конструкции в изучаемом языке                                                                                                        | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 29.</b> Спорт и физическая культура в странах изучаемого языка                                                                                          | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 30.</b> Традиционные виды спорта в странах изучаемого языка                                                                                             | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 31.</b> Достижения стран на зимних и летних Олимпийских играх современности»                                                                            | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 32.</b> Работа со статьей профессиональной направленности. Аннотация                                                                                    | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 33.</b> Перевод аутентичного текста «Спорт и физическое образование в США», ответы на вопросы к тексту                                                  | 2         |       |
| <b>Раздел 3. Профессиональная деятельность специалиста в области физической культуры и спорта</b> |                                                                                                                                                                                 | <b>20</b> |       |
| <b>Тема 1. Профессиональное образование</b>                                                       | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                            | 20        | ОК 09 |
|                                                                                                   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                    | 20        |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 34.</b> Местоимение как часть речи и его особенности в изучаемом языке                                                                                  | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 35.</b> Монологическое высказывание на тему «Моя будущая профессия». Портрет современного педагога по физическому культуре и спорту                     | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 36.</b> Работа со статьей профессиональной направленности. Аннотация                                                                                    | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 37.</b> Собеседование                                                                                                                                   | 2         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 38.</b> Перевод профессионального текста. Инструкция к выполнению задания. Условия выполнения задания. Критерии оценивания                              | 4         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 39.</b> Техника работы со словарем. Особенности перевода аутентичного текста, содержащего профессиональную лексику. Выполнение тренировочных упражнений | 4         |       |
|                                                                                                   | <b>Практическое занятие 40.</b> Ответ на вопросы к тексту - часть практического задания «Перевод профессионального текста». Выполнение тренировочных упражнений                 | 4         |       |

|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                   |            |       |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
|                                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                    | <b>1</b>   |       |
|                                                                     | Чтение текста, перевод, пересказ                                                                                                                                                                                  | 1          |       |
| <b>Раздел 4. Профессиональная документация на иностранном языке</b> |                                                                                                                                                                                                                   | <b>18</b>  | ОК 09 |
| <b>Тема 1. Корреспонденция</b>                                      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                              | <b>6</b>   |       |
|                                                                     | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                      | <b>6</b>   |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 36.</b> Особенности построения предложений в изучаемом языке                                                                                                                              | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 37.</b> Правила оформления личного письма. Составление личного письма. Правила оформления сопроводительного письма                                                                        | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 38.</b> Правила оформления делового письма. Составление различных видов деловых писем (письмо-запрос, отказ, заявление, благодарственное письмо, акцепт, коммерческое предложение, ответ) | 2          |       |
|                                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                    | <b>1</b>   |       |
|                                                                     | Чтение текста, перевод, пересказ                                                                                                                                                                                  | 1          |       |
| <b>Тема 2.<br/>Оформление документов и<br/>заполнение бланков</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                              | <b>10</b>  | ОК 09 |
|                                                                     | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                      | <b>10</b>  |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 39.</b> Структура резюме. Составление резюме                                                                                                                                              | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 40.</b> Заявление. Виды заявлений                                                                                                                                                         | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 41.</b> Автобиография                                                                                                                                                                     | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 42.</b> Анкетирование. Составление анкеты по заданной теме                                                                                                                                | 2          |       |
|                                                                     | <b>Практическое занятие 43.</b> Заполнение заявки на конкурсы профессионального мастерства                                                                                                                        | 2          |       |
|                                                                     | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                    | <b>1</b>   |       |
|                                                                     | Подготовка к дифференцированному зачету                                                                                                                                                                           | 1          |       |
| <b>Промежуточная аттестация</b>                                     | Дифференцированный зачет                                                                                                                                                                                          | 2          |       |
| <b>Всего</b>                                                        |                                                                                                                                                                                                                   | <b>120</b> |       |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Иностранного языка».

#### 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. Английский язык: учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. / А.П. Голубев, Н.В. Балюк, И.Б. Смирнова. – Москва: Издательский центр «Академия», 2022. – 386 с.
2. Карпова Т. А. English for Colleges = Английский язык для колледжей: учебное пособие / Т.А. Карпова. — 15-е изд., стер. — Москва : Кнорус, 2022. — 282 с.
3. Мюллер В.К. Англо-русский словарь [Текст] / В.К. Мюллер. - М.: АСТ, 2021. – 1184 с.

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. Аитов В. Ф. Английский язык: учебное пособие для СПО / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова. — 12-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 144 с. — Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации. - Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/AA6B4AE8-10DC-4B89-9A32-63528EA689D7](http://www.biblio-online.ru/book/AA6B4AE8-10DC-4B89-9A32-63528EA689D7) (дата обращения: 19.11.2018).
2. Буренко Л. В. Грамматика английского языка. Grammar in levels elementary – pre-intermediate : учебное пособие для СПО / Л. В. Буренко, О. С. Тарасенко, Г. А. Краснощекова ; под общ. ред. Г. А. Краснощековой. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 227 с. — Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации.- Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/629B66CB-13DF-49AF-B788-CE8D4FD6BBFA](http://www.biblio-online.ru/book/629B66CB-13DF-49AF-B788-CE8D4FD6BBFA) (дата обращения: 19.11.2018).
3. Карпова, Т.А., English for Colleges = Английский язык для колледжей. Практикум + Приложение : тесты : учебно-практическое пособие / Т.А. Карпова, А.С. Восковская, М.В. Мельничук. — Москва : КноРус, 2022. — 286 с. — ISBN 978-5-406-10145-2. — URL:<https://book.ru/book/944653> (дата обращения: 19.06.2022). — Текст : электронный.
4. Карпова, Т.А., English for Colleges=Английский язык для колледжей : учебное пособие / Т.А. Карпова. — Москва : КноРус, 2022. — 281 с. — ISBN 978-5-406-09153-1. — URL:<https://book.ru/book/943008> (дата обращения: 19.06.2022). — Текст : электронный.
5. Кузьменкова Ю. Б. Английский язык + аудиозаписи в ЭБС : учебник и практикум для СПО / Ю. Б. Кузьменкова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 441 с. - Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации. - Режим доступа:

[www.biblio-online.ru/book/9591FADE-F3E5-4F11-9508-AEDC75A0148F](http://www.biblio-online.ru/book/9591FADE-F3E5-4F11-9508-AEDC75A0148F) (дата обращения: 19.11.2018).

6. Онлайн словарь издательства Макмиллан (Режим доступа) URL: <http://www.macmillandictionary.com> (дата обращения: 25.08.2018)

7. Малецкая, О. П. Английский язык / О. П. Малецкая, И. М. Селевина. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 136 с. — ISBN 978-5-507-45432-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/269894> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Методы оценки                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>~ лексический и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) профессионально-ориентированного текста на иностранном языке;</p> <p>~ лексический и грамматический минимум, необходимый для заполнения анкет, резюме, заявлений и др.;</p> <p>~ основы разговорной речи на иностранном языке;</p> <p>~ правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;</p> <p>~ особенности произношения на иностранном языке.</p> | <p>~ владеет лексическим и грамматическим минимумом для чтения и перевода профессионально-ориентированного текста на иностранном языке/ для заполнения анкет, резюме, заявлений и др.;</p> <p>~ правильно строит предложения, диалоги в утвердительной и вопросительной форме;</p> <p>~ использует соответствующие лексические единицы и грамматические структуры в соответствии с поставленной коммуникативной задачей;</p> <p>~ грамотно произносит слова и фразы на иностранном языке.</p> | <p>анализ и оценка решения тестовых заданий;</p> <p>анализ и оценка устного опроса;</p> <p>анализ и оценка письменного опроса.</p> |
| <p>~ понимать общий смысл устных и письменных высказываний на иностранном языке в различных ситуациях профессионального общения;</p> <p>~ сообщать сведения о себе и своей профессиональной деятельности, заполнять различные виды анкет, резюме, заявлений и др.;</p> <p>~ вести диалог (диалог-расспрос, диалог-обмен мнениями / суждениями, диалог-побуждение к действию, этикетный диалог и их</p>                                                                    | <p>~ понимает общий смысл устных и письменных высказываний на иностранном языке в различных ситуациях профессионального общения;</p> <p>~ заполняет необходимые официальные документы и сообщает о себе сведения в рамках профессионального общения;</p> <p>~ ведет диалог на иностранном языке в различных ситуациях профессионального общения в рамках учебно-трудовой деятельности в условиях дефицита языковых средств;</p> <p>~ выполняет различные виды</p>                             | <p>оценка выполнения практических заданий (работ).</p> <p>оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий;</p>                 |

|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>комбинации) в ситуациях официального и неофициального общения на профессиональные темы;</p> | <p>письменных работ на интересующие профессиональные темы;<br/> ~ применяет профессионально-ориентированную лексику на иностранном языке при выполнении профессиональной деятельности;<br/> ~ устанавливает межличностное общение между участниками движения разных стран в официальных и неофициальных ситуациях;<br/> ~ самостоятельно совершенствует устную и письменную профессионально-ориентированную речь, пополняет словарный запас.</p> |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

### СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

#### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.03 Безопасность жизнедеятельности является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, 02, 04, 07.

#### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01      | распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; владеть методами защиты от вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС. оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий | актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; основные источники информации и ресурсы для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности в профессиональном и социальном контекстах: принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС; основы обеспечения военной безопасности государства (для юношей). основы медицинских знаний (для девушек) |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС. Владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей). Владеть знаниями основ медицинских знаний (для девушек).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| ОК 02 | определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности; определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности; применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах | номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации; порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности |
| ОК 04 | организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте на основе принципов эффективного взаимодействия по созданию человекои природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности                                                                                                                                                  |
| ОК 07 | эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте | порядок действий в чрезвычайных ситуациях, нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | <b>77</b>     |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | <b>6</b>      |
| в т. ч.:                                                  |               |
| теоретическое обучение                                    | -             |
| практические занятия                                      | -             |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 71            |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |               |

## 2.2. 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. Безопасность жизнедеятельности: теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций |                                                                                                                                                                                                                                                                      | 24/4/2                                                                  |                                                                       |
| Тема 1.1.<br>Теоретические основы безопасности жизнедеятельности                                                                                                                                                                          | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                        | 10/0                                                                    | ОК 01, 02, 04, 07.                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                           | Опасности и их показатели. Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Социальные и психологические аспекты безопасности.                                       | 10                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                           | Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природозащитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики.       |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                           | Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности.                                                                                                                                                                                          |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                           | Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм для реализации идеи бережливого производства. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте. |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                           | Возможности применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности для принятия обоснованных решений, связанных с профессиональным контекстом                                                                        |                                                                         |                                                                       |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|
|                                                                                                                                      | обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды                                                                                                                                                                                                                                                                     |              |                    |
|                                                                                                                                      | <i>Лекция-дискуссия<sup>1</sup></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                    |
| <b>Тема 1.2.<br/>Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях и способы защиты населения от оружия массового поражения</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>8/2/2</b> | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                                                                                                      | Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Основы пожаробезопасности и электробезопасности на рабочем месте.                                 | 6            |                    |
|                                                                                                                                      | Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его характеристика. Биологическое оружие и его характеристика. Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Действия населения в очаге ядерного, химического и биологического поражения.                                          |              |                    |
|                                                                                                                                      | Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций.                                                                                                                                   |              |                    |
|                                                                                                                                      | Основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. Применение принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности в процессе разработки проектных продуктов |              |                    |
|                                                                                                                                      | <i>Проблемная лекция</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |                    |
|                                                                                                                                      | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>2</b>     |                    |
|                                                                                                                                      | <b>Практическое занятие № 1. Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера</b>                                                                                                                                                                                                       | 1            |                    |

|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------|
|                                                                                                                            | <b>Практическое занятие № 2.</b> Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1              |                    |
|                                                                                                                            | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2              |                    |
|                                                                                                                            | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2              |                    |
| <b>Тема 1.3.<br/>Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>6/2</b>     | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                                                                                            | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам гражданской обороны и особенности их выполнения в том случае, когда сигнал застал работника на рабочем месте. | 4              |                    |
|                                                                                                                            | Номенклатура информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды                                                                                          |                |                    |
|                                                                                                                            | <i>Лекция с применением приемов технологии развития критического мышления</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |                    |
|                                                                                                                            | <b>В том числе практических работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>2</b>       |                    |
|                                                                                                                            | <b>Практическое занятие № 3.</b> Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2              |                    |
|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |                    |
| <b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>48/14/1</b> |                    |
| <b>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)</b>                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>48/14/1</b> |                    |
| <b>Тема 2.1.<br/>Исторический генезис военной службы в России</b>                                                          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>8/2</b>     | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                                                                                            | Содержание этапов институционального развития отечественной воинской службы: этап вечаемого самообложения (вторая половина IX – XV вв.); этап ратной повинности (середина XV – XVII вв.); этап рекрутской повинности (1699 – 1873 гг.); этап всеобщей воинской обязанности и его три периода: имперский (1874 – 1917 гг.); советский (1918 – 1991 гг.); современной (с                                                                     | 6              |                    |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                    |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------|
|                                           | 1992 г.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |                    |
|                                           | Перевернутая лекция                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |       |                    |
|                                           | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2     |                    |
|                                           | Практическое занятие № 4. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2     |                    |
| Тема 2.2.<br>Аксиология военной службы    | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 8/2/1 | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                           | Аксиология военной службы как система представлений о ценностях профессиональной служебной деятельности в военной сфере. Типология ценностей военной службы по различным основаниям: по отношению к военной деятельности (ценности-цели, ценности-средства, предметные и субъектные ценности); по отношению к сфере взаимодействия субъектов военной службы (военно-корпоративные и военно-профессиональные ценности); по отношению к личности военнослужащего в сфере военной деятельности (духовные, прагматические, витальные ценности). | 6     |                    |
|                                           | Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных угроз, обеспечение условий для обороноспособности государства как ценности-цели, определяющие поведение человека в военной сфере, его отношение к военной службе и защите Отечества. Влияние ценностных ориентаций человека на его трудовую деятельность в секторе военного производства, участие в военно-патриотическом воспитании молодежи и т. п.                                                                                                           |       |                    |
|                                           | Лекция-диалог                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |       |                    |
|                                           | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2     |                    |
|                                           | Практическое занятие № 5 Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2     |                    |
|                                           | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1     |                    |
|                                           | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1     |                    |
| Тема 2.3.<br>Праксиология воинской службы | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 8/2   | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                           | Праксиология военной деятельности как совокупность теоретических представлений об эффективной организации практической деятельности людей в военной сфере жизни общества. Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной                                                                                                                                                                                                                                                                        | 6     |                    |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |             |                    |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|
|                                                                  | служебной деятельности: особенности и предназначение. Системная характеристика военной деятельности: цель, предмет, объект, субъект, содержание, способы, результат и подсистема управления. Культура военной службы и культурологические аспекты совершенствования деятельности военнослужащих на современном этапе развития военной сферы жизни общества                                                                                                                                                                            |             |                    |
|                                                                  | <i>Лекция с применением приемов технологии развития критического мышления</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |             |                    |
|                                                                  | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>2</b>    |                    |
|                                                                  | <b>Практическое занятие №6.</b> Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2           |                    |
| <b>Тема 2.4.<br/>Стрелковая, огневая и физическая подготовка</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>10/4</b> | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                                  | Стрелковая подготовка: строи и управление ими, стрелковые приемы и движение без оружия, стрелковые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях. Огневая подготовка: материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты | 6           |                    |
|                                                                  | Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки                                                                                                                                                                                   |             |                    |
|                                                                  | <i>Лекция-визуализация</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |                    |
|                                                                  | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>4</b>    |                    |
|                                                                  | <b>Практическое занятие № 7.</b> Тренинг умений стрелковой и физической подготовки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4           |                    |
|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |             |                    |
| <b>Тема 2.5.<br/>Медико-санитарная</b>                           | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>14/4</b> | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                                  | Первая(доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 10          |                    |

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                               |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------|
| подготовка<br>военнослужащих                                                                                                    | вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания                                                                                                                                                                                                                                   |                               |                       |
|                                                                                                                                 | Первая(доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия                                                                              |                               |                       |
|                                                                                                                                 | Лекция-визуализация                                                                                                                                                                                                                                                                              |                               |                       |
|                                                                                                                                 | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                 | 4                             |                       |
|                                                                                                                                 | Практическое занятие № 8. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи пострадавшим                                                                                                                                                                                                       | 4                             |                       |
| Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 48/14                         |                       |
| Тема 2.1.<br>Введение в<br>микробиологию,<br>иммунологию и<br>эпидемиологию                                                     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                    | 18/4                          | ОК 01, 02, 04,<br>07. |
|                                                                                                                                 | Определение содержания наук микробиологии, иммунологии, эпидемиологии. История развития микробиологии. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний | 14                            |                       |
|                                                                                                                                 | Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики                                                                                             |                               |                       |
|                                                                                                                                 | Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, ее виды и способы. Дезинсекция, ее виды и способы. Дератизация, ее виды и способы                                                                                                                                             |                               |                       |
|                                                                                                                                 | Проверенные лекции                                                                                                                                                                                                                                                                               |                               |                       |
|                                                                                                                                 | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                 | 4                             |                       |
|                                                                                                                                 | Практическое занятие № 9. Иммунитет и методы иммунопрофилактики                                                                                                                                                                                                                                  | 2                             |                       |
|                                                                                                                                 | Практическое занятие № 10. Правила проведения плановых мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации                                                                                                                                                                                     | 2                             |                       |
|                                                                                                                                 | Тема 2.2.<br>Оказание первой<br>(доврачебной) помощи при                                                                                                                                                                                                                                         | Содержание учебного материала |                       |
| Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной помощи при неотложных состояниях: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 10                            |                       |

|                                                   |                                                                                                                                                                             |       |                    |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------|
| неотложных состояниях и травматизме               | ожогах, электротравмах, поражении молнией, отморожении, тепловом ударе, утоплении, отравлении, инсульте, мигрени. Методы доврачебной реанимации                             |       |                    |
|                                                   | Проблема травматизма. Понятие травмы. Виды травматических повреждений. Меры профилактики травматизма. Оказание первой (доврачебной) помощи при травмах                      |       |                    |
|                                                   | Проблемные лекции                                                                                                                                                           |       |                    |
|                                                   | В том числе практических занятий                                                                                                                                            | 6     |                    |
|                                                   | Практическое занятие №11. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях                                                                     | 2     |                    |
|                                                   | Практическое занятие №12. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при травматизме                                                                               | 4     |                    |
| Тема 2.3.<br>Обеспечение здорового образа жизни   | Содержание учебного материала                                                                                                                                               | 12/4  | ОК 01, 02, 04, 07. |
|                                                   | Здоровье и его основные показатели. Факторы формирования здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие                                                                  | 8     |                    |
|                                                   | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Факторы риска для здоровья. Вредные привычки и их профилактика |       |                    |
|                                                   | Лекции-диалоги                                                                                                                                                              |       |                    |
|                                                   | В том числе практических занятий                                                                                                                                            | 4     |                    |
|                                                   | Практическое занятие № 13. Оценка физического состояния.                                                                                                                    | 2     |                    |
|                                                   | Практическое занятие № 14. Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания                               | 2     |                    |
|                                                   | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                     | 2     |                    |
|                                                   | Подготовка к дифференцированному зачету                                                                                                                                     | 2     |                    |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет |                                                                                                                                                                             | 2     |                    |
| ВСЕГО                                             |                                                                                                                                                                             | 77/18 |                    |

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

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

Кабинет «Безопасность жизнедеятельности»

#### **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. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва:Юрайт, 2022. – 399 с. – (Профессиональное образование). – Текст: непосредственный.

2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва :Юрайт, 2020. – 350 с. – (Профессиональное образование). – Текст: непосредственный.

3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва :Юрайт, 2022. – 362 с. – (Профессиональное образование). – Текст: непосредственный.

4. Карякин, В.И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования/В.И.Карякин, И.М.Никулина, – 3 е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022 – 313 с. (Профессиональное Образование). –Текст: непосредственный.

5. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – Москва: КноРус, 2021. – 156 с. – (Профессиональное образование). –Текст: непосредственный.

6. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва :Юрайт, 2022. – 499 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-00398-7. – Текст: непосредственный.

7. Основы военной службы: учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – 2 –изд., перераб. и доп. – Москва: КНОРУС, 2021. – 506 с. (Среднее профессиональное образование) – Текст: непосредственный.

8. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие ; под ред. И. В. Гайворонского / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский, С. В. Виноградов – 3-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2021. – 311 с. – (Профессиональное образование). –Текст: непосредственный.

9.Резчиков, Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования/Е.А. Резчиков, А.В. Рязанцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022–639с. (Профессиональное образование). –Текст: непосредственный.

10.Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г.М.Суворова. – 2-е изд., испр. и доп.– Москва: Юрайт, 2022 – 182 с.(Профессиональное образование). –Текст: непосредственный.

### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва :Юрайт, 2022. – 399 с. – (Профессиональное образование). Текст: электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 02.02.2022).

2. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова – Москва : ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2019. – 150 с. – Текст: электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/995045> (дата обращения: 02.07.2021).

3. Белов, С. В.Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. – 5-е изд., перераб. и доп. –Москва :Юрайт, 2020. – 350 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/453161> (дата обращения: 22.02.2022).

4. Белов, С. В.Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022. – 362 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492045> (дата обращения: 22.02.2022).

5. Микрюков, В.Ю., Основы военной службы : учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – Москва: КноРус, 2021. – 505 с. –URL:<https://book.ru/book/941500> (дата обращения: 26.02.2022). – Текст: электронный.

6. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва :Юрайт, 2022. – 499 с. – (Профессиональное образование). – Текст : электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/433458> (дата обращения: 10.08.2021).

7. Михаилиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве: учебное пособие для СПО / А. М. Михаилиди. – Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. – 111 с. – ISBN 978-5-4488-0964-4, 978-5-4497-0809-0. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/100492.html> (дата обращения: 10.08.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/100492>

8. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. –Москва :Юрайт, 2022. – 441 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/491234> (дата обращения: 22.02.2022).

9. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности / В. С. Долгов. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 188 с. — ISBN 978-5-507-45851-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/288905> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Безопасность в техносфере: Всероссийский научно-методический и информационный журнал [Электронный ресурс]. URL: <http://www.magbvt.ru>.

2. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.mchs.gov.ru>.

3. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва :Юрайт, 2020. — 212 с. — (Профессиональное образование). — Текст: электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452850> (дата обращения: 10.08.2021).

4. Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г.М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп.— Москва: Юрайт, 2022 — 182 с. — (Профессиональное образование). — Текст: непосредственный. 5. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. URL: <http://bzhde.ru> (дата обращения: 10.08.2021).

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

| Результаты обучения <sup>1</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Методы оценки <sup>2</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Знать:</p> <p>актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; основные источники информации и ресурсы для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности в профессиональном и социальном контекстах: принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС; основы обеспечения военной безопасности государства (для юношей). основы медицинских знаний (для девушек)</p> | <p>В решении учебных задач поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС, демонстрирует знание понятий: безопасность жизнедеятельности, человеко- и природозащитная деятельность, военная опасность, чрезвычайная ситуация, пожаробезопасность, электробезопасность, оружие массового поражения, средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения, минимизация опасностей, управление рисками ЧС, экологическая безопасность осуществления профессиональной деятельности. Для юношей: военная служба, военная деятельность, ценности военной службы, строевая подготовка, огневая подготовка, физическая подготовка военнослужащего. Для девушек: дезинфекция, дезинсекция, дератация, первая (доврачебная) помощь, здоровый образ жизни; использует принципы, правила, требования безопасного поведения, защиты от опасностей при</p> | <p>Письменный и устный опрос. Портфолио учебных достижений. Тестирование. Кейс-методы. оценивания решений. Защита проектов. Защита электронных контентов. Графические программированные задания (графический диктант, цифровой диктант) Работа с ключами. Задания тезисного характера. Метод «Квант». Метод внеконтекстных операций с базовыми понятиями. Контрольно-измерительные методы оценки продуктов учебно-познавательной деятельности, практикуемые в рамках технологии развития критического мышления. Оценка решений ситуационных задач. Наблюдение за активностью и результативностью участия в деловых</p> |
| <p>номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>окружающей среды; приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; пользуется номенклатурой информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применяет приемы структурирования и разнообразные форматы представления информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, применяет знания о правилах экологической безопасности, о принципах эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности, о психологических рекомендациях по организации деятельности трудового коллектива и личности в для минимизации опасностей и управлению рисками ЧС на рабочем месте; демонстрирует знание правил дезинфекции, дезинсекции, дератации, оказания первой (доврачебной) помощи, ведения здорового образа жизни; грамотно применяет знание алгоритмов действий по гражданской обороне и в ЧС, защите человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; использования современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; пользуется актуальными для обеспечения безопасности жизнедеятельности</p> | <p>играх. Критериально-оценочные листы сформированности практических умений Шкалы самооценки сформированности практических умений</p> |
| <p>психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте на основе принципов эффективного взаимодействия по созданию человекои природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                       |
| <p>порядок действий в чрезвычайных ситуациях, правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства</p>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>рекомендациями по учету особенностей личности в сфере трудовой деятельности; демонстрирует знание возможностей применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности; демонстрирует знание возможностей применения приемов минимизации опасности нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                             |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины <sup>1</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                             |
| <p>распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; владеть методами защиты от</p> | <p>В ходе выполнения практических заданий демонстрирует умение распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС и выполнять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также действия по сигналам гражданской обороны и применению средств индивидуальной защиты от поражающих факторов и ЧС; демонстрирует грамотное применение правил использования средств защиты от оружия массового поражения; грамотно осуществляет анализ задачи и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности</p> | <p>Наблюдение за процессом учебно-познавательной деятельности обучающихся в ходе лекций и практических занятий. Анализ и оценка продуктивных результатов выполнения практической работы</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС. оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС. Владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей). Владеть знаниями основ медицинских знаний (для девушек)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>жизнедеятельности, выделяя составные части подобных задач и/или проблем; корректно определяет задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности и необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; результативно выполняет информационный поиск сведений, необходимых для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС ; создает качественные устные и письменные сообщения, электронные контенты и т.п., грамотно применяя приемы структурирования информации; демонстрирует ИКТ компетентность в решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использует современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах</p> |  |
| <p>определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности; определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности; применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах</p> | <p>организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности; применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>социального характера</p> <p>эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте</p> | <p>безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; корректно осуществляет оценку результата и последствий своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС . В ситуациях деловых игр, имитирующих деятельность по созданию человека - и природозащитной среды на рабочем месте результативно организует работу коллектива и команды и эффективно взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами на основе правил бесконфликтного поведения ; демонстрирует грамотное применение норм экологической безопасности на рабочем месте; демонстрирует умение разрабатывать систему мер по минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте Для девушек: демонстрирует применение алгоритма распознавания жизненных нарушений при неотложных состояниях и травмах. демонстрирует умение проводить мероприятия по дезинфекции, дезинсекции, дератации составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания; оказывать первую (доврачебную) помощь при неотложных состояниях и травматизме. Для юношей: выполнять упражнения и команды по физической, строевой</p> |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |                                                                                                                                                                                        |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>подготовке; разрабатывать и осуществлять программу самоподготовки будущего призывника к осуществлению военной деятельности; оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшим.</p> |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**  
**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 СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Знания                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 08         | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;<br>применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;<br>пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности | роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br>основы здорового образа жизни;<br>условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;<br>средства профилактики перенапряжения |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем часов |
|-----------------------------------------------------------|-------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | 210         |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | 4           |
| в том числе:                                              |             |
| теоретическое обучение                                    | 4           |
| практические занятия                                      |             |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 206         |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |             |

## 2.2. 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 |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Физическое совершенствование</b> |                                                                                                                                        |                                                                         |                                                                       |
| <b>Тема 1.1 Легкая атлетика</b>               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                   | <b>17/15</b>                                                            | ОК 08                                                                 |
|                                               | Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой                                                                                      | 1                                                                       |                                                                       |
|                                               | Содержание темы, требования к обучающимся при изучении легкой атлетики.                                                                | 1                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                | <b>15</b>                                                               |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 1.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами лёгкой атлетики.   | 4                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 2.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в беговых упражнениях.                                | 3                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 3.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в прыжковых упражнениях.                              | 3                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 4.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в метаниях.                                           | 3                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 5.</b> Сдача контрольных нормативов.                                                                           | 2                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                          | <b>1</b>                                                                |                                                                       |
|                                               | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                             |                                                                         |                                                                       |
|                                               | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                         | <b>17</b>                                                               |                                                                       |
| <b>Тема 2 Лыжная подготовка</b>               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                   | <b>17/15</b>                                                            | ОК 08                                                                 |
|                                               | Техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой                                                                                    | 1                                                                       |                                                                       |
|                                               | Содержание темы, требования к обучающимся при изучении лыжной подготовки.                                                              | 1                                                                       |                                                                       |
|                                               | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                | <b>15</b>                                                               |                                                                       |
|                                               | <b>Практическое занятие 6.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами лыжной подготовки. | 3                                                                       |                                                                       |

|                          |                                                                                                                                 |              |       |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|
|                          | <b>Практическое занятие 7.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в спусках и подъемах.                          | 2            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 8.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в классических ходах.                          | 5            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 9.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в коньковом ходе.                              | 3            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 10.</b> Сдача зачета (контрольных нормативов).                                                          | 2            |       |
|                          | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                   | <b>1</b>     |       |
|                          | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                      |              |       |
|                          | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                  | <b>17</b>    |       |
| <b>Тема 3. Волейбол</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                            | <b>39/37</b> | ОК 08 |
|                          | Техника безопасности на занятиях волейболом                                                                                     | 1            |       |
|                          | Содержание темы, требования к обучающимся при изучении волейбола.                                                               | 1            |       |
|                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                         | <b>37</b>    |       |
|                          | <b>Практическое занятие 11.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами волейбола. | 7            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 12.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в передачах и приемах мяча.                   | 8            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 13.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в подачах мяча.                               | 8            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 14.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в нападающих ударах.                          | 6            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 15.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в блокировании.                               | 6            |       |
|                          | <b>Практическое занятие 16.</b> Сдача зачета (контрольных нормативов) (6 семестр).                                              | 2            |       |
|                          | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                   | <b>2</b>     |       |
|                          | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                      |              |       |
|                          | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                  | <b>37</b>    |       |
| <b>Тема 4. Баскетбол</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                            | <b>39/37</b> | ОК 08 |
|                          | Техника безопасности на занятиях баскетболом                                                                                    | 1            |       |
|                          | Содержание темы, требования к обучающимся при изучении баскетбола.                                                              | 1            |       |

|                                 |                                                                                                                                  |              |       |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|
|                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                          | <b>37</b>    |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 17.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами баскетбола. | 7            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 18.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в ведении мяча.                                | 6            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 19.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в передачах мяча.                              | 8            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 20.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в бросках по кольцу из различных положений.    | 8            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 21.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в штрафных бросках.                            | 6            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 22.</b> Сдача зачета (контрольных нормативов) (4 семестр).                                               | 2            |       |
|                                 | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                    | <b>2</b>     |       |
|                                 | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                       |              |       |
|                                 | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                   | <b>37</b>    |       |
| <b>Тема 5. Футбол</b>           | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                             | <b>15/14</b> | ОК 08 |
|                                 | Техника безопасности на занятиях футболом.                                                                                       | 1            |       |
|                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                          | <b>14</b>    |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 23.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами футбола.    | 3            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 24.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в ведении мяча.                                | 3            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 25.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в передачах и остановках мяча.                 | 3            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 26.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий в ударах по мячу.                              | 3            |       |
|                                 | <b>Практическое занятие 27.</b> Сдача контрольных нормативов по футболу.                                                         | 2            |       |
|                                 | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                    | <b>1</b>     |       |
|                                 | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                       |              |       |
|                                 | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                   | <b>15</b>    |       |
| <b>Тема 6.<br/>Атлетическая</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                             | <b>15/14</b> | ОК 08 |
|                                 | Техника безопасности на занятиях силовыми упражнениями.                                                                          | 1            |       |

|                    |                                                                                                                                                                           |              |       |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|
| гимнастика         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                   | <b>14</b>    |       |
|                    | <b>Практическое занятие 28.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами атлетической гимнастики с современным инвентарем.    | 2            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 29.</b> Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами атлетической гимнастики на современном оборудовании. | 2            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 30.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий с современным инвентарем.                                                               | 4            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 31.</b> Освоение техники выполнения двигательных действий на современном оборудовании.                                                            | 4            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 32.</b> Сдача контрольных нормативов по атлетической гимнастике.                                                                                  | 2            |       |
|                    | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                             | <b>1</b>     |       |
|                    | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                                                                |              |       |
|                    | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                                                            | <b>14</b>    |       |
| Тема 7. Гимнастика | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                      | <b>15/14</b> | ОК 08 |
|                    | Техника безопасности на занятиях гимнастикой                                                                                                                              |              |       |
|                    | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                   | <b>14</b>    |       |
|                    | <b>Практическое занятие 33.</b> Развитие физических способностей средствами гимнастики.                                                                                   | 4            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 34.</b> Освоение комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний.                                                             | 4            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 35.</b> Освоение комплексов упражнений малых форм занятий физической культуры.                                                                    | 2            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 36.</b> Освоение комплексов упражнений утренней гигиенической и релаксационной гимнастики.                                                        | 2            |       |
|                    | <b>Практическое занятие 37.</b> Сдача контрольных нормативов по атлетической гимнастике.                                                                                  | 2            |       |
|                    | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                             | <b>1</b>     |       |
|                    | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                                                                |              |       |
|                    | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                                                            | <b>14</b>    |       |

|                                                             |                                                                                                                      |                         |       |
|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
| Тема 8. Лапта                                               | Содержание учебного материала                                                                                        | 15/14                   | ОК 08 |
|                                                             | Техника безопасности на занятиях лаптой                                                                              | 1                       |       |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                                                     | 14                      |       |
|                                                             | Практическое занятие 38. Развитие физических способностей, в том числе профессионально-прикладных, средствами лапты. | 2                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 39. Освоение техники выполнения двигательных действий в перемещениях, перебежках, финтах.       | 4                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 40. Освоение техники выполнения двигательных действий в ударах битой по мячу, подачах.          | 4                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 41. Освоение техники выполнения двигательных действий в ловле и передачах мяча, в осаливании.   | 4                       |       |
|                                                             | Самостоятельная работа                                                                                               | 1                       |       |
|                                                             | Отработка набрасывания мяча подающему.                                                                               |                         |       |
|                                                             | Практическая подготовка                                                                                              | 14                      |       |
| Тема 9. Бочча                                               | Содержание учебного материала                                                                                        | 12/12                   | ОК 08 |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                                                     | 12                      |       |
|                                                             | Практическое занятие 42. Освоение техники выполнения двигательных действий в бросках.                                | 6                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 43. Освоение техники целостной игры.                                                            | 6                       |       |
|                                                             | Самостоятельная работа                                                                                               | 1                       |       |
|                                                             | Запись правил игры.                                                                                                  |                         |       |
|                                                             |                                                                                                                      | Практическая подготовка |       |
| Тема 10. Городки                                            | Содержание учебного материала                                                                                        | 14/14                   | ОК 08 |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                                                     | 14                      |       |
|                                                             | Практическое занятие 44. Освоение техники выполнения бросков в городках.                                             | 8                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 45. Изучение и установка городошных фигур.                                                      | 2                       |       |
|                                                             | Практическое занятие 46. Выполнение заминки после игры.                                                              | 2                       |       |
|                                                             | Самостоятельная работа                                                                                               | 1                       |       |
|                                                             | Запись правил игры.                                                                                                  |                         |       |
|                                                             |                                                                                                                      | Практическая подготовка |       |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета |                                                                                                                      | 2                       |       |
| Всего:                                                      |                                                                                                                      | 210                     |       |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

(универсальный) спортивный зал

оборудованные открытые спортивные площадки

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

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, 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. Кузнецов, В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с.

2. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 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, 2021. — 599 с.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Кузнецов, В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL: <https://book.ru/book/940094> (дата обращения: 22.02.2022). — Текст : электронный.

2. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный

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, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475342>

4. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-507-44133-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/255971> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Яковлева, В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. 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> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. 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.
2. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006> (дата обращения: 22.02.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Морозов, О. В. Физическая культура и здоровый образ жизни: учебное пособие / О. В. Морозов, В. О. Морозов. - 4-е изд., стер. - Москва: ФЛИНТА, 2020. - 214 с. - ISBN 978-5-9765-2443-9. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1149683> (дата обращения: 06.10.2021). – Режим доступа: по подписке.
4. Физическая культура: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / И.С. Барчуков; под общ.ред. Н.Н. Маликова.-6-е изд., стер.- М.:Издательский центр «Академия», 2013. – 528 с.
5. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1815141> (дата обращения: 06.10.2021). – Режим доступа: по подписке.

#### 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>~ роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>~ основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>~ средства профилактики перенапряжения</li> </ul>                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;</li> <li>~ знает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений;</li> <li>~ знает основные факторы риска труда воспитателя, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности; значимость физической культуры в профессиональной деятельности</li> <li>~ знает средства восстановления, профилактики перенапряжения;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | устный опрос, тестирование                                                                                                                                                    |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>~ использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; для подготовки к сдаче нормативов (тестов) Всероссийского комплекса ГТО; для решения задач общей физической подготовки;</li> <li>~ применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>~ пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ использует содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>~ владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>~ демонстрирует готовность к выполнению нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>~ применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>~ владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности воспитатель.</li> </ul> | <p>оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств.</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации</p> |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.05 ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## СГ.05 Основы финансовой грамотности

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.05 Основы финансовой грамотности является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК -7.ПК2.3

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК -1      | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачу в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- выявлять и отбирать информацию, необходимую для решения задачи;</li> <li>- составлять план действий;</li> <li>- определять необходимые ресурсы;</li> <li>- реализовывать составленный план;</li> <li>- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> </ul>                                                                                       | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>- основные источники информации и ресурсы для решения задач в профессиональном и социальном контексте;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- этапы планирования для решения задач;</li> <li>- критерии оценки результатов принятого решения в профессиональной деятельности, для личностного развития и достижения финансового благополучия</li> </ul> |
| ОК -2      | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи для сбора информации;</li> <li>- планировать процесс поиска и осуществлять выбор необходимых источников информации;</li> <li>- оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия;</li> <li>- использовать различные цифровые средства при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия</li> </ul> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- информационные источники, применяемые в профессиональной деятельности; для решения задач личностного развития и финансового благополучия;</li> <li>- формат представления результатов поиска информации;</li> <li>- возможности использования различных цифровых средств при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия</li> </ul>                                                                                                                              |
| ОК-3       | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять актуальность нормативно-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальную нормативно-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <p>правовой документации в профессиональной деятельности, для ведения предпринимательской деятельности и личного финансового планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и выстраивать траектории профессионального и личностного развития;</li> <li>-осуществлять наличные и безналичные платежи, сравнивать различные способы оплаты товаров и услуг, соблюдать требования финансовой безопасности;</li> <li>- учитывать инфляцию при решении финансовых задач в профессии, личном планировании;</li> <li>- производить расчеты по валютно-обменным операциям;</li> <li>-планировать личные доходы и расходы, принимать финансовые решения, составлять личный бюджет;</li> <li>- использовать разнообразие финансовых инструментов для управления личными финансами в целях достижения финансового благополучия, с учетом финансовой безопасности;</li> <li>- выявлять сильные и слабые стороны бизнес-идеи;</li> <li>- грамотно проводить презентацию идеи открытия собственного дела в области профессиональной деятельности;</li> <li>- определять источники финансирования для реализации бизнес-идеи;</li> <li>- производить основные финансовые расчеты в сферах предпринимательской деятельности и планирования личных финансов;</li> <li>- оценивать финансовые риски, связанные с осуществлением предпринимательской деятельности и планирования личных финансов;</li> </ul> | <p>правовую базу, регламентирующую профессиональную деятельность, предпринимательство и личное финансовое планирование;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможные траектории профессионального развития и самообразования;</li> <li>-различие между наличными и безналичными платежами, порядок использования их при оплате покупки;</li> <li>- понятие инфляции, ее влияние на решение финансовых задач в профессии, личном планировании;</li> <li>- понятие иностранной валюты и валютного курса;</li> <li>-структуру личных доходов и расходов, правила составления личного и семейного бюджета;</li> <li>- особенности различных банковских и страховых продуктов и возможности их использования в профессиональной, предпринимательской деятельности и для управления личными финансами;</li> <li>- базовые характеристики и риски основных финансовых инструментов для предпринимательской деятельности и управления личными финансами; - систему и полномочия государственных органов в сферах профессиональной деятельности, предпринимательской деятельности и защиты прав потребителей;</li> </ul> |
| ОК -4 | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать в коллективе и команде;</li> <li>- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами, в ходе профессиональной и предпринимательской деятельности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности работы в малых и больших группах, работы в команде, организации коллективной работы;</li> <li>- принципы организации проектной деятельности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ОК -5 | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно излагать свои мысли, формулировать собственное мнение, обосновывать свою позицию в учебных и практических ситуациях;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы взаимодействия в коллективе;</li> <li>- правила оформления документов и построения устных сообщений</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|       | - проявлять толерантность в коллективе; - оформлять документы, связанные с профессиональной деятельностью и деловой коммуникацией, на государственном языке РФ,                                                                                 | на государственном языке РФ                                                            |
| ОК -7 | Уметь:<br>- соблюдать нормы экологической безопасности;<br>- определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии (специальности), осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства | Знать:<br>- правила экологической безопасности;<br>- принципы бережливого производства |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | 37            |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | 5             |
| в т. ч.:                                                  |               |
| теоретическое обучение                                    | 5             |
| практические занятия                                      |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 32            |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |               |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                                                                                                                         | Содержание и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                      | Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч. | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <i>1</i>                                                                                                                                                                                            | <i>2</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <i>3</i>                                                                | <i>4</i>                                                              |
| <b>Введение в курс финансовой грамотности.</b><br>Потребности и ресурсы. Финансовые цели. Финансовое благополучие и финансовые риски. Финансовые решения. Финансовое поведение. Финансовая культура |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1                                                                       |                                                                       |
| <b>Раздел 1. Деньги и операции с ними</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 8/4                                                                     |                                                                       |
| <b>Тема 1.1. Деньги и платежи</b>                                                                                                                                                                   | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4/2                                                                     | ОК 01 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05                                            |
|                                                                                                                                                                                                     | Роль и функции денег. Виды современных денег, их основные характеристики. Денежная система. Покупательная способность денег. Инфляция. Основные риски, связанные с использованием денег. Возможности и ограничения использования иностранной валюты. Валютный курс                                           | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                     | Платежи и расчеты. Поставщики платежных услуг. Платежные агенты. Платежные системы. Основные платежные инструменты: банковский счет, мобильный и интернет-банк, дебетовая, кредитная банковские карты, электронный кошелек. Риски при использовании различных платежных инструментов. Подтверждение расчетов | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                     | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                     | <b>Практическое занятие 1.</b> Влияние инфляции на финансовые возможности человека. Издержки проведения платежей разного вида                                                                                                                                                                                | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                     | <b>Практическое занятие 2.</b> Признаки подлинности и платежности банкнот и монет (дизайн, применяемые технологии, используемые материалы)                                                                                                                                                                   | 1                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 1.2. Покупки и цены</b>                                                                                                                                                                     | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2/1                                                                     | ОК 02 ОК 03                                                           |

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |             |                            |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------|
|                                                                    | Выбор товаров и услуг. Обязательная информация о товаре (услуге). Поставщики товаров и услуг. Агрегаторы и маркетплейсы. Цена товара. Дифференциация цен. Ценовая дискриминация. Программы лояльности (дисконтные карты, скидки, бонусы, кэшбек). Варианты оплаты (разные виды денег; оплата в момент получения, предоплата, покупка в кредит, рассрочка, подписка). Роль рекламы и других способов продвижения товаров и услуг продавцами. Возврат товара после покупки | 1           | ОК 04 ОК 05                |
|                                                                    | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>1</b>    |                            |
|                                                                    | <b>Практическая занятие 3.</b> Расчет полной цены. Выбор наилучшего предложения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1           |                            |
| <b>Тема 1.3. Безопасное использование денег</b>                    | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2/1</b>  | ОК 02 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                                    | Финансовая безопасность в сфере денежного обращения и покупок. Выбор добросовестного поставщика финансовых услуг. Персональные данные, их значение для безопасного использования денег. Основы безопасного пользования банкоматами. Безопасность денежных операций в цифровой среде. Техники социальной инженерии, включая фишинг, и способы защиты. Правила возмещения средств, несанкционированно списанных со счета                                                   | 1           |                            |
|                                                                    | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>1</b>    |                            |
|                                                                    | <b>Практическая занятие 4.</b> Выбор надежного интернет-магазина. Алгоритм безопасного использования платежных инструментов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1           |                            |
|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |             |                            |
| <b>Раздел 2. Планирование и управление личными финансами</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>11/6</b> |                            |
| <b>Тема 2.1. Личный и семейный бюджет, финансовое планирование</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>3/2</b>  | ОК 01 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                                    | Постановка финансовых целей (краткосрочные и долгосрочные финансовые цели, принцип SMART, выбор способов и контроль достижения финансовой цели). Человеческий и финансовый капитал. Виды доходов и расходов. Принципы ведения личного и семейного бюджета.                                                                                                                                                                                                               | 1           |                            |
|                                                                    | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b>    |                            |
|                                                                    | <b>Практическое занятие 5.</b> Возможности сокращения расходов и повышения доходов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1           |                            |

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |                            |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------|
|                                                          | <b>Практическое занятие 6.</b> Возможности для повышения дохода с учетом особенностей своей специальности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1          |                            |
| <b>Тема 2.2. Личные сбережения</b>                       | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>2/1</b> | ОК 02 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                          | Цели сбережений. Изменение стоимости денег во времени. Основные формы сбережений: наличные деньги, банковские счета и их виды. Доходность банковских вкладов. Простые и сложные проценты. Влияние инфляции на процентный доход. Сейфовые ячейки. Риски для сбережений и пути их минимизации. Система страхования вкладов                                                                                                                                                                            | 1          |                            |
|                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1          |                            |
|                                                          | <b>Практическое занятие 7.</b> Безопасное использование сберегательных инструментов. Выбор добросовестного поставщика финансовых услуг                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1          |                            |
| <b>Тема 2.3. Кредиты и займы</b>                         | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>4/2</b> | ОК 02 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                          | Цели заимствований. Проценты по кредитам и займам. Неустойки. Регулирование процентов и неустоек. Основные инструменты заимствования. Банковский кредит. Принципы кредитования. Виды кредитов. Условия кредитования. Формы обеспечения возвратности кредита. Кредитный договор. Риски использования кредитов и займов и пути их минимизации. Страхование при кредитовании. Взыскание долгов. Кредитная история. Кредитные каникулы. Реструктуризация и рефинансирование кредита. Личное банкротство | 2          |                            |
|                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2          |                            |
|                                                          | <b>Практическое занятие 8.</b> Безопасное использование кредитных инструментов. Выбор добросовестного поставщика финансовых услуг. Выбор оптимальных условий заимствования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1          |                            |
|                                                          | <b>Практическое занятие 9.</b> Расчет размера допустимого кредита с учетом особенностей своей специальности (уровень дохода, профиль трат)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1          |                            |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |                            |
| <b>Тема 2.4. Безопасное управление личными финансами</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>2/1</b> | ОК 01 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                          | Финансовая безопасность и цифровая среда в сфере личных финансов. Оптимизация личного и семейного бюджета с учетом обеспечения безопасности. Удаленное банковское обслуживание. Дистанционное управление личными финансами                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1          |                            |

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                                     |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------|
|                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1          |                                     |
|                                         | <b>Практическое занятие 10.</b> Управление личным бюджетом                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1          |                                     |
| <b>Раздел 3. Риск и доходность</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>7/4</b> |                                     |
| <b>Тема 3.1.</b> Инвестирование.        | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>2/1</b> | ОК 02 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05          |
|                                         | 1. Цели и риски инвестирования. Ликвидность и доходность инвестиций. Взаимосвязь доходности и риска. Основные инвестиционные продукты и их базовые характеристики. Индивидуальный инвестиционный счет (ИИС). Формирование инвестиционного портфеля. Диверсификация. Мошенничество в сфере инвестиций, способы защиты от него. Особенности финансовых пирамид | 1          |                                     |
|                                         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>1</b>   |                                     |
|                                         | <b>Практическое занятие 11.</b> Стратегия инвестирования. Расчет размера допустимого объема инвестиций в рамках личного бюджета с учетом особенностей своей специальности (уровень дохода, профиль трат)                                                                                                                                                     | 1          |                                     |
| <b>Тема 3.2.</b> Страхование            | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>2/1</b> | ОК 02 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05          |
|                                         | Страхование как один из способов управления рисками. Виды страхования: личное страхование, имущественное страхование, страхование гражданской ответственности. Основные виды страховых продуктов                                                                                                                                                             | 1          |                                     |
|                                         | <b>В том числе практических занятий .</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1          |                                     |
|                                         | <b>Практическое занятие 12.</b> Безопасное использование страховых продуктов. Выбор добросовестного поставщика страховых услуг. Профессиональные страховые продукты.                                                                                                                                                                                         | 1          |                                     |
| <b>Тема 3.3.</b><br>Предпринимательство | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>3/2</b> | ОК 01 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05<br>ОК 07 |
|                                         | Роль предпринимательства в жизни человека и общества. Условия развития стартапов и малого бизнеса. Формы ведения предпринимательской деятельности и их основные характеристики. Возможные источники финансирования малого бизнеса                                                                                                                            | 1          |                                     |
|                                         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2          |                                     |
|                                         | <b>Практическое занятие 13.</b> Требования для открытия собственного бизнеса и алгоритм действий. Анализ бизнес-идей и рисков, связанных                                                                                                                                                                                                                     | 2          |                                     |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                            |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------|
|                                                            | с ними, с учетом особенностей своей специальности                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |                            |
| <b>Раздел 4. Финансовая среда</b>                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>8/4</b> |                            |
| <b>Тема 4.1.</b> Финансовые взаимоотношения с государством | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>4/2</b> | ОК 01 ОК 03<br>ОК 04 ОК 05 |
|                                                            | Роль налогов, налоговой и социальной политики государства для экономики страны и личного благосостояния граждан. Налоги физических лиц. Налоговые вычеты и льготы.                                                                                                                                                                           | 2          |                            |
|                                                            | Пенсионная система России. Социальная поддержка граждан. Возможности инициативного бюджетирования                                                                                                                                                                                                                                            |            |                            |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>2</b>   |                            |
|                                                            | <b>Практическое занятие 14.</b> Применение налоговых вычетов для увеличения дохода)                                                                                                                                                                                                                                                          | 1          |                            |
|                                                            | <b>Практическое занятие 15.</b> Специфика налогообложения и пенсионного обеспечения в профессии.                                                                                                                                                                                                                                             | 1          |                            |
| <b>Тема 4.2.</b> Защита прав граждан в финансовой сфере    | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>4/2</b> | ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05    |
|                                                            | Основные права граждан в финансовой сфере и формы их защиты. Задачи и полномочия Банка России, других государственных органов в сфере защиты прав потребителей финансовых услуг. Досудебное и судебное урегулирование споров. Уполномоченный по правам потребителей финансовых услуг. Особенности защиты прав потребителей в цифровой среде. | 2          |                            |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий .</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |                            |
|                                                            | Практическое занятие 16. Типичные ситуация нарушения прав граждан в финансовой сфере. Алгоритм действий при нарушении прав граждан в финансовой сфере.                                                                                                                                                                                       | 2          |                            |
|                                                            | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>1</b>   |                            |
|                                                            | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1          |                            |
|                                                            | <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |                            |
| <b>Всего:</b>                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>37</b>  |                            |

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

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

Кабинет «Социально-гуманитарных дисциплин»,

#### **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. Жданова А.О., Савицкая Е.В. Финансовая грамотность: материалы для обучающихся. Среднее профессиональное образование. – М.: ВАКО, 2020. – 400 с.
2. Каджаева М.Р. Финансовая грамотность: учеб. пособие для студ. учреждений сред. профессионального образования / М.Р. Каджаева, Л.В. Дубровская, А.Р. Елисеева. – . – 4-е изд. стер. М.: Издательский центр «Академия», 2022. – 288 с.
3. Каджаева М.Р. Финансовая грамотность. Методические рекомендации : учеб. пособие для студ. учреждений сред. профессионального образования / М.Р. Каджаева, Л.В. Дубровская, А.Р. Елисеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2020. – 96 с.
4. Каджаева М.Р. Финансовая грамотность. Практикум : учеб. пособие для студ. учреждений сред. профессионального образования / М.Р. Каджаева, Л.В. Дубровская, А.Р. Елисеева. – 2-е изд. стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2022. – 128 с.
5. Флицлер А.В. Основы финансовой грамотности: учебное пособие для среднего профессионального образования / А.В. Флицлер, Е.А. Тарханова. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 154 с.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Министерство финансов РФ [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://minfin.gov.ru/>.
2. Образовательные проекты ПАКК [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.edu.pass.ru](http://www.edu.pass.ru).
3. Пенсионный фонд РФ [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.pfr.gov.ru](http://www.pfr.gov.ru)
4. Персональный навигатор по финансам Моифинансы.рф [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://моифинансы.рф/>.
5. Роспотребнадзор [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru).
6. Центр «Федеральный методический центр по финансовой грамотности системы общего и среднего профессионального образования» [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.fmc.hse.ru](http://www.fmc.hse.ru).
7. Центральный банк Российской Федерации [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.cbr.ru>.
8. Федеральная налоговая служба [Электронный ресурс] – Режим доступа: [www.nalog.ru](http://www.nalog.ru).

9. Федеральный методический центр по финансовой грамотности населения [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://iur.ranepa.ru/centry/finlit/>.
10. Финансовая культура [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://fincult.info/>.
11. Электронный учебник по финансовой грамотности. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://школа.вашифинансы.рф/>.
12. Пушина, Н. В. Основы предпринимательства и финансовой грамотности. Практикум / Н. В. Пушина, Г. А. Бандура. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 288 с. — ISBN 978-5-507-45254-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292901> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
13. Основы финансовой грамотности / Е. И. Костюкова, И. И. Глотова, Е. П. Томилина [и др.]. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 316 с. — ISBN 978-5-507-45627-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/311807> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **1.2.2. Перечень нормативных правовых актов, которые раскрывают отдельные аспекты тем, заявленных программе**

Нормативно-правовая база

1. Закон РФ от 27 ноября 1992 г. № 4015-1 «Об организации страхового дела в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 2 декабря 1990 г. № 395-1 «О банках и банковской деятельности».
3. Федеральный закон от 22 апреля 1996 г. № 39-ФЗ «О рынке ценных бумаг».
4. Федеральный закон от 16 июля 1998 г. № 102-ФЗ «Об ипотеке (залоге недвижимости)».
5. Федеральный закон от 7 августа 2001 г. № 115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма».
6. Федеральный закон от 10 июля 2002 г. № 86-ФЗ «О Центральном банке Российской Федерации (Банке России)».
7. Федеральный закон от 10 декабря 2003 г. № 173-ФЗ «О валютном регулировании и валютном контроле».
8. Федеральный закон от 23 декабря 2003 г. № 177-ФЗ «О страховании вкладов в банках Российской Федерации».
9. Федеральный закон от 30 декабря 2004 г. № 218-ФЗ «О кредитных историях».
10. Федеральный закон от 27 июня 2011 г. № 161-ФЗ «О национальной платежной системе».
11. Федеральный закон от 28 декабря 2013 г. № 400-ФЗ «О страховых пенсиях».
12. Гражданский кодекс Российской Федерации. Ч. 2. Налоговый кодекс Российской Федерации. Ч. 2.
13. Положение Банка России от 24 декабря 2004 г. № 266-П «Об эмиссии платежных карт и об операциях, совершаемых с их использованием».
14. Положение Банка России от 29 июня 2021 г. № 762-П «О правилах осуществления перевода денежных средств».

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

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <i>Методы оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором работаешь и живешь;</li> <li>- основные источники информации и ресурсы для решения задач в профессиональном и социальном контексте;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- критерии оценки результатов принятого решения в профессиональной деятельности, для личностного развития и достижения финансового благополучия;</li> <li>- информационные источники, используемые в профессиональной деятельности; для решения задач личностного развития и финансового благополучия;</li> <li>- формат представления результатов поиска информации;</li> <li>- возможности использования различных цифровых средств при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия;</li> <li>- актуальную нормативно-правовую базу, регламентирующую профессиональную деятельность, предпринимательство и личное финансовое планирование;</li> <li>- возможные траектории профессионального развития и самообразования;</li> <li>- различие между наличными и</li> </ul> | <p>демонстрирует знания особенностей профессионального и социального контекста; ориентируется в источниках информации и ресурсах для решения задач в профессиональном и социальном контексте; способен сформулировать алгоритм выполнения работ в профессиональной и смежных областях; может назвать критерии оценки результатов принятого решения в профессиональной деятельности, для личностного развития и достижения финансового благополучия; может объяснить, как пользоваться цифровыми средствами при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия; демонстрирует знания о том, как представлять результаты поиска информации; может охарактеризовать возможности различных цифровых средств, используемых для решения профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия; ориентируется в нормативно-правовой базе, регламентирующей профессиональную деятельность, предпринимательство и личное финансовое планирование; способен определить возможные траектории профессионального развития и самообразования; способен определить наиболее подходящие способы оплаты</p> | <p>Оценка результатов устного опроса;</p> <p>Оценка результатов практической работы;</p> <p>Оценка результатов тестирования;</p> <p>Самооценка своего знания, осуществляемая обучающимися;</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения учебных заданий</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>безналичными платежами, порядок использования их при оплате покупки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятие инфляции, ее влияние на решение финансовых задач в профессии, личном планировании;</li> <li>- понятие иностранной валюты и валютного курса;</li> <li>- структуру личных доходов и расходов, правила составления личного и семейного бюджета;</li> <li>- особенности различных банковских продуктов и возможности их использования в профессиональной, предпринимательской деятельности и для управления личными финансами;</li> <li>- базовые характеристики и риски основных финансовых инструментов для предпринимательской деятельности и управления личными финансами;</li> <li>- систему и полномочия государственных органов в сферах профессиональной деятельности, предпринимательской деятельности и защиты прав потребителей;</li> <li>- особенности работы в малых и больших группах, работы в команде, организации коллективной работы;</li> <li>- принципы организации проектной деятельности;</li> <li>- принципы взаимодействия в коллективе;</li> <li>- правила оформления документов и построения устных сообщений на государственном языке РФ;</li> <li>- правила экологической безопасности;</li> </ul> | <p>товаров и услуг в конкретных ситуациях;</p> <p>демонстрирует понимание влияния инфляции на решение финансовых задач в профессии, личном планировании;</p> <p>демонстрирует понимание валютных курсов и порядка проведения расчетов по обмену одной валюты на другую;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует понимание правил составления личного и семейного бюджета;</li> </ul> <p>способен назвать банковские продукты, описать их особенности и возможности для профессиональной, предпринимательской деятельности и для управления личными финансами;</p> <p>способен назвать базовые характеристики и риски основных финансовых инструментов для предпринимательской деятельности и управления личными финансами;</p> <p>демонстрирует знания о государственных органах и их полномочиях в профессиональной и предпринимательской сферах, а также в сфере защиты прав потребителей;</p> <p>способен охарактеризовать особенности работы в малых и больших группах, работы в команде, организации коллективной работы;</p> <p>демонстрирует представление о принципах организации проектной деятельности;</p> <p>демонстрирует представление о принципах взаимодействия в коллективе;</p> <p>демонстрирует знание правил оформления документов и построения устных сообщений на государственном языке РФ;</p> <p>демонстрирует знание правил</p> |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- принципы бережливого производства</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>экологической безопасности; демонстрирует знание принципов бережливого производства.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачу в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- выявлять и отбирать информацию, необходимую для решения задачи;</li> <li>- составлять план действий;</li> <li>- определять необходимые ресурсы;</li> <li>- реализовывать составленный план;</li> <li>- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> <li>- определять задачи для сбора информации;</li> <li>- планировать процесс поиска и осуществлять выбор необходимых источников информации;</li> <li>- оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия;</li> <li>- использовать различные цифровые средства при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия</li> <li>- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности, для ведения предпринимательской деятельности и личного финансового планирования;</li> <li>- определять и выстраивать траектории профессионального и личностного развития;</li> <li>-осуществлять наличные и безналичные платежи, сравнивать различные способы оплаты товаров и услуг, соблюдать требования финансовой безопасности;</li> </ul> | <p>определяет задачу в профессиональном и/или социальном контексте; осуществляет поиск и отбор информации, необходимой для решения задачи; осуществляет планирование действий для решения задачи; определяет ресурсы для решения задачи; выполняет составленный план; оценивает полученный результат; определяет задачи для сбора информации; планирует процесс поиска информации и осуществлять выбор необходимых источников; представляет результаты поиска информации для решения профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия с применением средств информационных технологий; демонстрирует умение пользоваться цифровыми средствами при решении профессиональных задач, задач личностного развития и финансового благополучия; использует актуальную нормативноправовую документацию в профессиональной деятельности, для ведения предпринимательской деятельности и личного финансового планирования; планирует траектории профессионального и личностного развития;</p> | <p>Оценка результатов устного опроса;</p> <p>Оценка результатов практической работы;</p> <p>Оценка результатов тестирования;</p> <p>Самооценка своего знания, осуществляемая обучающимися;</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения учебных заданий</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать инфляцию при решении финансовых задач в профессии, личном планировании;</li> <li>- производить расчеты по валютно-обменным операциям;</li> <li>- планировать личные доходы и расходы, принимать финансовые решения, составлять личный бюджет;</li> <li>- использовать разнообразие финансовых инструментов для управления личными финансами в целях достижения финансового благополучия, с учетом финансовой безопасности;</li> <li>- выявлять сильные и слабые стороны бизнес-идеи;</li> <li>- грамотно проводить презентацию идеи открытия собственного дела в области профессиональной деятельности;</li> <li>- определять источники финансирования для реализации бизнес-идеи;</li> <li>- производить основные финансовые расчеты в сферах предпринимательской деятельности и планирования личных финансов;</li> <li>- оценивать финансовые риски, связанные с осуществлением предпринимательской деятельности и планирования личных финансов;</li> <li>- работать в коллективе и команде;</li> <li>- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами, в ходе профессиональной и предпринимательской деятельности</li> <li>- грамотно излагать свои мысли, формулировать собственное мнение, обосновывать свою позицию в учебных и практических ситуациях;</li> <li>- проявлять толерантность в коллективе;</li> <li>- оформлять документы, связанные с профессиональной деятельностью и деловой коммуникацией, на государственном языке РФ;</li> <li>- соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>- определять направления ресурсосбережения в рамках</li> </ul> | <p>выполняет задания по выбору и использованию различных платежных инструментов в конкретной ситуации с учетом правил финансовой безопасности;</p> <p>учитывает инфляцию при решении финансовых задач в профессии, личном планировании;</p> <p>производит расчеты по валютнообменным операциям; планирует личные доходы и расходы, принимать финансовые решения, составляет личный бюджет;</p> <p>выполняет практические задания, основанные на использовании разнообразных финансовых инструментов для управления личными финансами в целях достижения финансового благополучия с учетом финансовой безопасности;</p> <p>анализирует бизнес-идею; проводит презентацию бизнес-идеи открытия собственного дела в области профессиональной деятельности;</p> <p>предлагает возможные источники финансирования для реализации бизнес-идеи;</p> <p>проводит финансовые расчет, включая анализ расходов, необходимых для достижения цели, выполняет практические задания, основанные на ситуациях, связанных с различными финансовыми расчетами;</p> <p>проводит оценку возможных финансовых рисков, связанных с осуществлением предпринимательской деятельности и планирования личных финансов;</p> <p>осуществляет коммуникации в соответствии с полученными знаниями и практическим опытом;</p> |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>профессиональной деятельности по профессии (специальности), осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства</p> | <p>взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами в модельных ситуациях профессиональной и предпринимательской деятельности с опорой на знания правил коммуникации; грамотно излагает собственную точку зрения с приведением аргументов; демонстрирует толерантное поведение; выполняет практические задания по заполнению документов на государственном языке РФ в соответствии с примерами; демонстрирует соблюдение норм экологической безопасности; демонстрирует понимание важности ресурсосбережения и определяет направления его применения.</p> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.01 Русский язык и культура**  
**в профессиональной коммуникации педагога**  
**для специальности**  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

**Организация-составитель:**

государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Магнитогорский педагогический колледж»

**Авторский коллектив:**

Струнина О. А., преподаватель ГБПОУ «МПК»;  
Меренкова Ю. Г., методист, преподаватель ГБПОУ «МПК»;  
Сахнова И.Г., преподаватель ГБПОУ «МПК».

Рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии преподавателей  
гуманитарных дисциплин

протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2025\_ г.

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_ / Вотчинникова В.В./

Рассмотрена на заседании кафедры физкультурно-педагогических дисциплин  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / Ярина О.В./

## **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

### ОП.01 Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога

#### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.01 Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура. Учебная дисциплина ОП.01 Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующих общих и профессиональных компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК. 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре, спорту и физкультурно-спортивной работе.

ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.

#### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК                                                | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01 ОК 02<br>ОК 03 ОК 04 ОК 05<br>ОК 09 ПК 2.1. ПК 3.4. | -владеть правилами русской орфографии, пунктуации, стилистики;<br>-продуцировать письменный текст с соблюдением требований официально-делового стиля;<br>- использовать особенности языка документов: стилистически маркированную лексику и терминологию, речевые клише и штампы, устойчивые обороты, глагольное управление, правила употребления прописных и строчных букв и т.д.<br>- профессионально составлять, оформлять и редактировать деловые бумаги с учетом современной практики письма; | - основные жанры официально-делового стиля, содержание и структуру функционально-стилистического пространства делового языка, композицию документного текста;<br>- традиции письменного речевого поведения в деловом коммуникативном пространстве;<br>-свод правил русской орфографии и пунктуации, отвечающих современному состоянию русского языка; |

|  |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться справочной литературой;</li> <li>- владеть культурой речи при приеме посетителей</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-современные нормы устной и письменной речи;</li> <li>-правила, отражающие стилистическое многообразие и динамичность современной речи и делового письма;</li> <li>-правила речевого этикета;</li> <li>- специфику редакторской работы с текстами деловой документации</li> </ul> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| <b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательное свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>ЛР 1</b>                                                       |
| Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками                                                                                                 | <b>ЛР 2</b>                                                       |
| Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения ЛР 3 окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней. | <b>ЛР 3</b>                                                       |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>ЛР 4</b>                                                       |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <p>профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».</p>                                                                                                                                                                          |             |
| <p>Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права.</p> | <b>ЛР 5</b> |
| <p>Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>ЛР 6</b> |
| <p>Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>ЛР 7</b> |
| <p>Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение.</p>                                                                                                          | <b>ЛР 8</b> |
| <p>Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде</p>                                                                                                                                                                                                                  | <b>ЛР 9</b> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них.                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>ЛР 10</b> |
| Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике. | <b>ЛР 11</b> |
| Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>ЛР 12</b> |
| <b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |
| Демонстрирующий умение эффективно взаимодействовать в команде, вести диалог, в том числе с использованием средств коммуникации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>ЛР 13</b> |
| Демонстрирующий навыки анализа и интерпретации информации из различных источников с учетом нормативно-правовых норм.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>ЛР 14</b> |
| Демонстрирующий готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>ЛР 15</b> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                                                   | Объем в часах |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины                                   | 42            |
| в т.ч. в форме практической подготовки (профессионально-ориентированного содержания) | 6             |
| в т. ч.:                                                                             |               |
| теоретическое обучение                                                               | 6             |
| практические занятия                                                                 |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                                                        | 36            |
| Промежуточная аттестация (диф.зачет)                                                 |               |

### 1.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                    | Содержание 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                                                                     |
|                                                                                                | <b>1 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                       |                                                                       |
| <b>Раздел 1. Профессиональная педагогическая коммуникация</b>                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>8</b>                                                              |                                                                       |
| <b>Тема 1.1. Язык как средство общения и форма существования национальной культуры</b>         | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>2</b>                                                              | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09                              |
|                                                                                                | Понятие «современный русский литературный язык». Основные функции языка. Различия между языком и речью. Понятие «культура речи». Роль культуры речи в профессиональной деятельности педагога. Аспекты (компоненты) культуры речи: нормативный, коммуникативный, этический.                                  |                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 1.2. Язык и речь. Язык как система. Понятие о литературном языке и языковой норме.</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>2</b>                                                              | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09                              |
|                                                                                                | Общие сведения о речи. Признаки речи.<br>Виды речи. Язык и мышление. Язык и сознание. Основные функции языка: общение, сообщение, воздействие (волеуправляющая). Дополнительные функции языка: регулятивная, когнитивная (познавательная), аккумулятивная.<br>Понятие о литературном языке и языковой норме |                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                | <b>2</b>                                                              |                                                                       |
|                                                                                                | Практическое занятие 1. Коммуникативные качества речи: точность речи, понятность речи, чистота речи, богатство речи, выразительность речи.                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 1.3. Понятие о речевой коммуникации, виды речевой деятельности</b>                     | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>2</b>                                                              | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09                              |
|                                                                                                | Понятие речевой коммуникации. Типологии коммуникации на разных основаниях: по цели, по массовости, по содержанию.<br>Процесс создания речевой коммуникации. Качество речевой коммуникации. Виды речевой деятельности: говорение, слушание (аудирование), чтение, письмо. Отличие устной речи от письменной. |                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 1.4. Профессиональная</b>                                                              | <b>Практическая подготовка (Профессионально-ориентированное содержание)</b>                                                                                                                                                                                                                                 | <b>10</b>                                                             | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09                              |
|                                                                                                | Понятие профессиональной коммуникации.                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>6</b>                                                              |                                                                       |

|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------|
| я коммуникация и ее функции                                                                    | <p>Метаязыки профессиональных коммуникаций. Лексический уровень: терминология, профессионализмы. Синтаксический уровень: структура предложений.</p> <p>Специфика профессиональных коммуникаций. Профессии "человек - человек" и их особенности. Актуальность проблемы дифференциации понятий коммуникации и общения.</p> <p>Коммуникация как процесс передачи и получения информации.</p> <p>Общение как процесс обмена информацией, организации совместной деятельности, коллектива, взаимного узнавания, взаимовлияния и воздействия. Общение как творчество.</p> <p>Функции профессиональной коммуникации.</p> |           | ПК 2.1, ПК 2.5                           |
|                                                                                                | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>4</b>  |                                          |
|                                                                                                | <u>Практическое занятие 2.</u> Терминология и профессиональная лексика. Язык специальности. Отраслевые терминологические словари. Составление глоссария по специальности 49.02.01 «Физическая культура»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2         |                                          |
|                                                                                                | <u>Практическое занятие 3.</u> Семинар «Портрет профессии «Педагог физической культуры» (Морально-нравственные (этические) основы профессиональной коммуникации. Корпоративная этика. Подготовка презентаций.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2         |                                          |
|                                                                                                | <b>Раздел 2. Культура речи</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>20</b> |                                          |
| Тема 2.1. Нормы современного русского литературного языка: нормы ударения, орфоэпические нормы | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>2</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09 |
|                                                                                                | <p>Особенности языковой нормы и её виды.</p> <p>Понятие об орфоэпии как разделе языкознания. Орфоэпические нормы в области произношения отдельных звуков, грамматических форм, слов.</p> <p>Орфоэпические нормы в области гласных звуков.</p> <p>Орфоэпические нормы в области согласных звуков.</p> <p>Произношение отдельных грамматических форм.</p> <p>Особенности произношения заимствованных слов.</p> <p>Акцентологические нормы. Особенности ударения в русском языке.</p>                                                                                                                                |           |                                          |
|                                                                                                | <b>2 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                                          |
|                                                                                                | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>4</b>  |                                          |
|                                                                                                | <u>Практическое занятие 4.</u> Работа с правилами постановки ударения в современном русском языке. Орфоэпический словарь. Вариативность постановки ударения. Трудности и особенности русского ударения. Ударение в отдельных грамматических формах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2         |                                          |
|                                                                                                | <u>Практическое занятие 5.</u> Основные правила русского литературного                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                                          |

|                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |          |                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------|
|                                                                                         | произношения. Некоторые трудные случаи произношения гласных и согласных звуков. Распространенные орфоэпические ошибки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |          |                                          |
| <b>Тема 2.2. Нормы современного русского литературного языка: лексические нормы</b>     | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>6</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09 |
|                                                                                         | Употребление однозначных и многозначных слов.<br>Использование в речи синонимов, антонимов, омонимов, паронимов.<br>Использование стилистически окрашенной лексики.<br>Сферы и нормы использования стилистически окрашенной лексики.<br>Использование лексических средств в профессиональной речи педагога дошкольного образования.                                                                                                           | 2        |                                          |
|                                                                                         | Происхождение лексики русского языка. Слова исконно русские и заимствования. Причины заимствований (внутренние и внешние). Заимствования из славянских и неславянских языков в разные периоды истории. Калькирование как способ заимствования. Типы заимствованной лексики. Языковые признаки заимствованных слов. Заимствования конца XX – начала XXI века. Сфера употребления. Отношение к заимствованиям.                                  | 2        |                                          |
|                                                                                         | Лексические ошибки. Основные виды лексических ошибок. Неправильное словоупотребление, нарушение лексической сочетаемости слов. Тавтология и плеоназм.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2        |                                          |
|                                                                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>2</b> |                                          |
|                                                                                         | <u>Практическое занятие 6.</u> Работа над материалом: «Валентность» слова. Однозначные и многозначные слова. Различение многозначных слов и омонимов. Стилистические ошибки: неблагозвучие речи, речевая недостаточность, речевая избыточности (плеоназм, тавтология, многословие). Правила употребления паронимов. Ошибки, связанные с неправильным построением синонимической/антонимической пары. Свободные и ограниченные словосочетания. |          |                                          |
| <b>Тема 2.3. Нормы современного русского литературного языка: морфологические нормы</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>6</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09 |
|                                                                                         | Морфологические нормы существительного, прилагательного и числительного.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2        |                                          |
|                                                                                         | Морфологические нормы глагола, причастия, деепричастия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2        |                                          |
|                                                                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>2</b> |                                          |
|                                                                                         | <u>Практическое занятие 7.</u> Выполнение упражнений на образование и/или выбор из возможных вариантов нормативной морфологической формы существительного, прилагательного, числительного, глагола, причастия, деепричастия.                                                                                                                                                                                                                  |          |                                          |
| <b>Тема 2.4 Нормы</b>                                                                   | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04,              |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------|
| современного русского литературного языка: синтаксические нормы                             | Классификация речевых ошибок, связанных с нарушением синтаксической нормы и их исправление. Порядок слов и частей высказывания. Согласование и управление в современном русском языке. Управление обстоятельства, выраженного деепричастным оборотом.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 | ОК 05, ОК 09                                               |
|                                                                                             | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2 |                                                            |
|                                                                                             | Практическое занятие 8. Построение словосочетаний и предложений в русском языке. Выбор управляемой формы в словосочетании, согласование подлежащего и сказуемого, использование причастных и деепричастных оборотов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |                                                            |
| Тема 2.5. Нормы правописания в деловой документации.                                        | <b>Практическая подготовка (Профессионально ориентированное содержание).</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09<br>ПК 2.1, ПК 2.5 |
|                                                                                             | Понятие орфограммы и пунктограммы. Морфологический, фонетический и лексический принципы написания слов. Постановка запятой, точки с запятой, двоеточия, тире в простом и сложном предложении. Объяснительный диктант.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 |                                                            |
|                                                                                             | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                            |
|                                                                                             | Практическое занятие 9. Типичные орфографические и пунктуационные ошибки в текстах служебных документов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2 |                                                            |
| <b>Раздел 3. Стилистика. Функциональные стили языка</b>                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6 |                                                            |
| Тема 3.1. Функциональные стили речи                                                         | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 6 |                                                            |
|                                                                                             | Функциональные стили русского литературного языка как типовые коммуникативные ситуации, их языковые, синтаксические и жанровые особенности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4 |                                                            |
|                                                                                             | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2 |                                                            |
|                                                                                             | Практическое занятие 10. Составление таблицы «Функциональные стили речи». Подбор и анализ примеров по определению различных стилей речи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                            |
| Тема 3.2. Особенности официально-делового стиля речи. Деловое письмо. Нормы делового письма | <b>Практическая подготовка (Профессионально-ориентированное содержание)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09<br>ПК 2.1, ПК 2.5 |
|                                                                                             | Интернациональные особенности делового общения: официальность, регламентированность, соблюдение норм делового этикета. Этимология слова документ. Общие требования, предъявляемые к документу. Функции документа: управленческая, правовая, функция исторического источника.<br>Жанры деловой устной речи: сообщение, деловая беседа, совещание (технология подготовки и проведения.) Нормы речевого этикета в деловом общении. Жанры деловой письменной речи: заявление, доверенность, объявление, акт, деловое письмо (приглашение, поздравление), резюме. | 2 |                                                            |
|                                                                                             | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2 |                                                            |
|                                                                                             | Практическое занятие 11. Официально-деловой стиль. Составление деловых                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                            |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |                                                               |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                 | бумаг (справка, удостоверение); частных деловых бумаг (заявление, доверенность). Автобиография. Резюме.                                                                                                                                                                                                                                                 |           |                                                               |
| <b>Тема 3.3.<br/>Подготовка<br/>публичного<br/>выступления.</b> | <b>Практическая подготовка (Профессионально ориентированное содержание).</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>6</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04,<br>ОК 05, ОК 09<br>ПК 2.1, ПК 2.5 |
|                                                                 | Сбор материала. Основные приемы поиска и записи материала. Структура речи. Словесное оформление публичного выступления. Богатство и выразительность речи. Окончательная подготовка выступления. «Разметка» текста. Репетиция выступления. Техника речи и ее составляющие. Понятие о дикции, темпе, интонационных и голосовых возможностях выступающего. | 3         |                                                               |
|                                                                 | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>3</b>  |                                                               |
|                                                                 | <b>Практическое занятие 12.</b> Составление текста выступления на профессиональную тему. Подготовка и работа с презентацией, сопровождающей выступление.                                                                                                                                                                                                |           |                                                               |
| <b>Самостоятельная<br/>работа</b>                               | Подбор терминов и профессиональной лексики по специальности 49.02.01 «Физическая культура»; составление тезисов лекционного материала; анализ речевых высказываний с точки зрения основных норм русского литературного языка; работа со словарями и справочниками; подготовка к публичному выступлению с докладом на профессиональную тему.             | 4         |                                                               |
|                                                                 | Всего                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>66</b> |                                                               |
| <b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | -         |                                                               |
| <b>Итого</b>                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>42</b> |                                                               |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Русского языка с методикой преподавания», оснащенным оборудованием 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

Антонова Е.С. Русский язык и культура речи: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Е.С. Антонова, Т.М. Воителева. – Москва: Издательский центр «Академия», 2022. – 320 с.

##### 3.2.1. Основные электронные издания

1. Голубева, А. В. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. В. Голубева ; под редакцией А. В. Голубевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 386 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-7623-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510515> (дата обращения: 15.11.2023).

2. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. Д. Черняк, А. И. Дунев, В. А. Ефремов, Е. В. Сергеева ; под общей редакцией В. Д. Черняк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 389 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00832-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491228> (дата обращения: 15.11.2023).

3. Русский язык и культура речи. Семнадцать практических занятий : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Гананольская [и др.] ; под редакцией Е. В. Гананольской, Т. Ю. Волошиновой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12286-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517060> (дата обращения: 15.11.2023).

##### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Введенская Л.А., Павлова Л.Г., Кашаева Е.Ю. Русский язык и культура речи. Учебное пособие для вузов. Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 2000

2. Введенская Л.А. Русский язык и культура речи: учебное пособие / Л.А. Введенская, М.Н. Черкасова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 381 с.

3. Филиппова Л.С., Филиппов В.А. Русский язык и культура речи: учебное пособие, издание 6-е. Тюмень. Издательство Тюменского государственного университета 2010. – 272 с.

4. <http://www.gramota.ru>

5. <http://www.slovari.ru>
6. <http://www.sokr.ru>
7. <http://www.megakm.ru/ojigov>
8. <http://www.redactor.ru>
9. <http://www.ruscenter.ru>

#### 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.                                                                                                                                                                                                                      | называет основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; соблюдает орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; использует нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.                        | тестовые задания различных видов; письменные и устные ответы; домашняя работа (упражнения) по темам курса; контрольные письменные работы; написание сочинений рассуждений; участие в обсуждении тем патриотической направленности; наблюдение за умением вести дискуссию; подбор и работа с текстами авторов различных национальностей. |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| осуществлять речевой самоконтроль, оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач<br>применять нормы и правила русского языка в устной и письменной речи;<br>находить и использовать различные источники информации, необходимые для подготовки к урокам (словари, справочники);<br>анализировать языковые единицы с точки зрения правильности, точности и уместности их употребления;<br>устанавливать педагогически | осуществляет речевой самоконтроль, оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач<br>применяет нормы и правила русского языка в устной и письменной речи;<br>находит и использует различные источники информации, необходимые для подготовки к урокам | публичное выступление по заданной теме;<br>наблюдение и оценка на практических занятиях;<br>презентация сообщения;<br>защита проектов;<br>публичное представление самостоятельно составленного текста по заданной теме.                                                                                                                 |

|                                                                                                                                                   |                                                                                                                             |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| целесообразные взаимоотношения с обучающимися;<br>проводить лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка | (словари, справочники);<br>анализирует языковые единицы с точки зрения правильности, точности и уместности их употребления; |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.02. МАТЕМАТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ РЕШЕНИЯ**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАДАЧ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## «ОП.02. Математические методы решения профессиональных задач»

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.02. Математические методы решения профессиональных задач является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК   | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 1<br>ОК 2 | распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста; осуществлять мониторинг и анализ | актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; |

|  |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                            |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся; проектировать траекторию профессионального роста | пути достижения образовательных результатов; образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | 42            |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | 7             |
| в т. ч.:                                                  |               |
| теоретическое обучение                                    | 7             |
| практические занятия ( <i>если предусмотрено</i> )        |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 35            |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |               |

## 2.2. 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 и личностных результатов <sup>1</sup> , формированию которых способствует элемент программы |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                          | 2                                                                                                  | 3                                                                       | 4                                                                                                            |
| Раздел 1. Элементы теории множеств и математической логики                 |                                                                                                    | 8/4                                                                     |                                                                                                              |
| Тема 1.1<br>Основные элементы теории множеств.<br>Операции над множествами | Содержание учебного материала:                                                                     | 4                                                                       | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3                                                                   |
|                                                                            | 1. Множества. Основные понятия                                                                     | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                            | 2. Отношения между множествами                                                                     |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | 3. Операции над множествами                                                                        |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                             | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                            | Практическое занятие №1<br>Применение элементов теории множеств для решения профессиональных задач | 2                                                                       |                                                                                                              |
| Тема 1.2<br>Логические операции.<br>Законы логики                          | Содержание учебного материала                                                                      | 4                                                                       | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3                                                                   |
|                                                                            | 1. Простые и сложные высказывания                                                                  | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                            | 2. Основные логические операции                                                                    |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | 3. Таблицы истинности                                                                              |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | 4. Законы логики                                                                                   |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | 5. Правила преобразования логических выражений                                                     |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                            | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                             | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                            | Практическое занятие №2<br>Обоснование истинности высказываний в профессиональной деятельности     | 2                                                                       |                                                                                                              |
| Раздел 2. Приближенные вычисления                                          |                                                                                                    | 10/6                                                                    |                                                                                                              |

|                                                                                   |                                                                                                                          |       |                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------------------|
| Тема 2.1<br>Величины и их измерения                                               | Содержание учебного материала                                                                                            | 4     | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3 |
|                                                                                   | 1. Понятие положительной скалярной величины                                                                              | 2     |                                            |
|                                                                                   | 2. Классификация и основные характеристики измерения величин                                                             |       |                                            |
|                                                                                   | 3.Стандартные единицы величин и соотношения между ними                                                                   |       |                                            |
|                                                                                   | 4. Единицы измерения величин, применяемые в профессиональной деятельности                                                | 2     |                                            |
|                                                                                   | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                   |       |                                            |
| Тема 2.2<br>Приближенные вычисления                                               | Практическое занятие №3<br>Установление зависимостей между величинами, используемыми в профессиональной деятельности     | 2     | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3 |
|                                                                                   | Содержание учебного материала                                                                                            | 6     |                                            |
|                                                                                   | 1.Точные и приближенные значения величин                                                                                 |       |                                            |
|                                                                                   | 2.Точность приближенных значений величин                                                                                 |       |                                            |
|                                                                                   | 3.Абсолютная и относительная погрешности                                                                                 |       |                                            |
|                                                                                   | 4.Округление приближенных значений величин                                                                               |       |                                            |
|                                                                                   | 5.Правила нахождения процентного соотношения                                                                             |       |                                            |
|                                                                                   | 6.Анализ результатов измерения величин с допустимой погрешностью                                                         |       |                                            |
|                                                                                   | 7.Графическое представление результатов измерения величин                                                                |       |                                            |
|                                                                                   | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                   | 4     |                                            |
|                                                                                   | Практическое занятие №4<br>Решение задач на процентное соотношение величин                                               | 2     |                                            |
|                                                                                   | Практическое занятие №5<br>Анализ результатов измерения величин с допустимой погрешностью и их графическое представление | 2     |                                            |
| Раздел 3. Комбинаторика, элементы теории вероятностей и математической статистики |                                                                                                                          | 18/12 |                                            |
| Тема 3.1.<br>Комбинаторика                                                        | Содержание учебного материала                                                                                            | 4     | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3 |
|                                                                                   | 1. Основные комбинаторные конфигурации                                                                                   | 2     |                                            |
|                                                                                   | 2.Формулы комбинаторики                                                                                                  |       |                                            |
|                                                                                   | 3.Правила комбинаторики                                                                                                  |       |                                            |
|                                                                                   | 4.Типы комбинаторных задач                                                                                               | 2     |                                            |
|                                                                                   | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                   |       |                                            |
| Практическое занятие №6                                                           | 2                                                                                                                        |       |                                            |

|                                                        |                                                                                                                   |    |                                            |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
|                                                        | Применение комбинаторики для решения профессиональных задач                                                       |    |                                            |
| Тема 3.2.<br>Элементы<br>теории<br>вероятностей        | Содержание учебного материала                                                                                     | 6  | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3 |
|                                                        | 1.Виды событий                                                                                                    | 2  |                                            |
|                                                        | 2. Произведение, сумма и разность событий                                                                         |    |                                            |
|                                                        | 3. Случайное событие и его вероятность                                                                            |    |                                            |
|                                                        | 4. Классическое определение вероятности                                                                           |    |                                            |
|                                                        | 5. Статистическое определение вероятности                                                                         |    |                                            |
|                                                        | 6. Теоремы сложения и умножения вероятностей                                                                      |    |                                            |
|                                                        | 7. Формула полной вероятности. Формула Байеса                                                                     |    |                                            |
|                                                        | 8.Повторные испытания. Формула Бернулли                                                                           |    |                                            |
|                                                        | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                            | 4  |                                            |
|                                                        | Практическое занятие №7<br>Решение задач на нахождение вероятности событий                                        | 2  |                                            |
|                                                        | Практическое занятие №8<br>Применение основ теории вероятностей для решения профессиональных задач                | 2  |                                            |
|                                                        | Самостоятельная работа:                                                                                           | 2  |                                            |
| Решение задач на нахождение вероятности событий        | 2                                                                                                                 |    |                                            |
| Тема 3.3.<br>Элементы<br>математическо<br>й статистики | Содержание учебного материала                                                                                     | 8  | ОК 1<br>ОК 2<br>ПК 1.1<br>ПК 2.4<br>ПК 3.3 |
|                                                        | 1.Основные понятия математической статистики                                                                      | 2  |                                            |
|                                                        | 2. Методы описательной статистики                                                                                 |    |                                            |
|                                                        | 3.Методы проверки статистических гипотез                                                                          |    |                                            |
|                                                        | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                            | 4  |                                            |
|                                                        | Практическое занятие №9<br>Проведение элементарной статистической обработки информации и результатов исследований | 2  |                                            |
|                                                        | Практическое занятие №10<br>Применение статистических методов для решения профессиональных задач                  | 2  |                                            |
|                                                        | Самостоятельная работа                                                                                            | 2  |                                            |
|                                                        | Подготовка к дифференцированному зачету                                                                           | 2  |                                            |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет      |                                                                                                                   | 2  |                                            |
| Всего:                                                 |                                                                                                                   | 42 |                                            |

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

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

Кабинет «математики»

#### **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. Обязательные печатные издания**

1. Васильев, А. А. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. А. Васильев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 232 с.

2. Глотова, М. Ю. Математическая обработка информации: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 301 с.

3. Калинина, В. Н. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник для среднего профессионального образования / В. Н. Калинина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 472 с.

4. Малугин, В. А. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Малугин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 470 с.

5. Математика для педагогических специальностей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Л. Стефанова, В. И. Снегурова, Н. В. Кочуренко, О. В. Харитоновна ; под общей редакцией Н. Л. Стефановой. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 218 с.

6. Трофимова, Е. А. Математические методы анализа: учебное пособие для СПО / Е. А. Трофимова, С. В. Плотников, Д. В. Гилёв ; под редакцией Е. А. Трофимовой. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 271 с.

7. Кытманов, А. М. Математика : учебное пособие для спо / А. М. Кытманов, Е. К. Лейнартас, С. Г. Мысливец. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 288 с. — ISBN 978-5-8114-9447-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195439> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Ганичева, А. В. Математическое программирование / А. В. Ганичева, А. В. Ганичев. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 88 с. — ISBN 978-5-507-44504-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/230390> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.2. Электронные издания**

1. Васильев, А. А. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. А. Васильев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 232 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09115-1. — Текст: электронный
2. Глотова, М. Ю. Математическая обработка информации: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 301 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13854-2. — Текст: электронный
3. Калинина, В. Н. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник для среднего профессионального образования / В. Н. Калинина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 472 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-8773-7. — Текст: электронный
4. Малугин, В. А. Теория вероятностей и математическая статистика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Малугин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 470 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06572-5. — Текст: электронный
5. Математика для педагогических специальностей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Л. Стефанова, В. И. Снегурова, Н. В. Кочуренко, О. В. Харитоновна ; под общей редакцией Н. Л. Стефановой. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 218 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05028-8. — Текст: электронный
6. Трофимова, Е. А. Математические методы анализа: учебное пособие для СПО / Е. А. Трофимова, С. В. Плотников, Д. В. Гилёв ; под редакцией Е. А. Трофимовой. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 271 с. — ISBN 978-5-4488-0513-4, 978-5-7996-2827-7. — Текст: электронный

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Григорьев С.Г. Математика: учебник для студ. общеобразоват. учреждений сред. проф. образования / С.Г.Григорьев, С.В. Иволгина; под ред. В.А. Гусева. – 10-е изд., стер. — М.: издательский центр «Академия», 2020.- 416 с.
2. Кацман Ю. Я. Теория вероятностей и математическая статистика. Примеры с решениями: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Я. Кацман. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 130 с.

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

| <i><b>Результаты обучения</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <i><b>Критерии оценки</b></i>                                                                                                                                                                                                | <i><b>Методы оценки</b></i>                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи;</p> <p>выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации;</p> <p>оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач</p> <p>формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся;</p> <p>проектировать траекторию</p> | <p>владение современными методами классификации и обработки полученной информации, работа с базами данных: литературной информацией, численными данными экспериментов, построение моделей, вероятностное прогнозирование</p> | <p>Оценка ответов в устной/письменной форме;</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы;</p> <p>Мониторинг роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;</p> <p>дифференцированный зачет</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| профессионального роста                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</p> <p>алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</p> <p>номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации;</p> <p>формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств</p> <p>сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности;</p> <p>преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования;</p> <p>пути достижения образовательных результатов;</p> <p>образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся</p> | <p>владение современными методами классификации и обработки полученной информации, работа с базами данных: литературной информацией, численными данными экспериментов, построение моделей, вероятностное прогнозирование</p> | <p>Оценка ответов в устной/письменной форме;</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы;</p> <p>Мониторинг роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;</p> <p>дифференцированный зачет</p> |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.03 ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ  
В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2025 г.

## **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

## ОП.03 ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.03 Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 02.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК                                                    | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; | определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. | номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств. |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                         | Объем в часах<br>(всего) |
|--------------------------------------------|--------------------------|
| Объем образовательной программы дисциплины | 90                       |
| в т.ч.                                     |                          |
| 1. Основное содержание (с преподавателем)  | 6                        |
| в т. ч.:                                   |                          |
| теоретическое обучение                     | 6                        |
| практические занятия                       |                          |
| Самостоятельная работа                     | 79                       |
| Промежуточная аттестация (экзамен)         | 5                        |

## 2.2. 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                                                                     |
| <b>Тема 1. Информационные технологии.</b>                       | <b>Основное содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>2</b>                                                                |                                                                       |
|                                                                 | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>                                                                | ОК 02, ПК 1.1- ПК 1.6 ПК 2.1.-ПК 2.4. ПК 3.1-ПК 3.5;                  |
|                                                                 | 1. Информация, информационное общество. Свойства информации. Единицы измерения количества информации. Информационные технологии.                                                                                                                                                      | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                 | 2. Информационные системы. Классификация информационных систем. Информационные процессы. Технологии хранения, поиска, передачи и обработки информации                                                                                                                                 | 1                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 2. Аппаратное и программное обеспечение компьютера.</b> | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>10</b>                                                               | ОК 02, ПК 1.1- ПК 1.6 ПК 3.1-ПК 3.5;                                  |
|                                                                 | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>4</b>                                                                |                                                                       |
|                                                                 | 1. Компьютер как универсальное устройство обработки информации. Классификация персональных компьютеров (ПК). Основные характеристики ПК. Внешние и внутренние устройства ПК.                                                                                                          | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                 | 2. Программное обеспечение (ПО) компьютера, классификация. Назначение и принципы использования системного и прикладного программного обеспечения. Системное программное обеспечение: операционная система, ее составляющие, интерфейс, файловая система, организация работы с файлами | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                 | 4. Прикладное программное обеспечение: классификация, прикладное программное обеспечение общего назначения, прикладное программное обеспечение глобальных сетей, проблемно-ориентированное прикладное программное обеспечение.                                                        | 1                                                                       |                                                                       |
|                                                                 | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>6</b>                                                                |                                                                       |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |                                                               |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
|                                                         | 1. Практическое занятие «Операционная система. Организация работы с файлами».                                                                                                                                                                                                                                          | 2         |                                                               |
|                                                         | 2. Практическое занятие «Прикладное программное обеспечение».                                                                                                                                                                                                                                                          | 2         |                                                               |
|                                                         | 3. Практическое занятие «Семинар на тему «Аппаратное и программное обеспечение компьютера»».                                                                                                                                                                                                                           | 2         |                                                               |
| <b>Тема 3. Основы информационной безопасности.</b>      | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>10</b> | ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; |
|                                                         | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>4</b>  |                                                               |
|                                                         | 1. Безопасность при работе на компьютерах. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы (СанПиН)                                                                                                                                                                     | 2         |                                                               |
|                                                         | 2. Ресурсосбережение. Основные угрозы компьютерной безопасности. Методы и приемы обеспечения информационной безопасности. Антивирусные средства защиты. Архивирование информации как средство защиты.                                                                                                                  | 2         |                                                               |
|                                                         | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>4</b>  |                                                               |
|                                                         | 1. Практическое занятие «Программные средства защиты информации».                                                                                                                                                                                                                                                      | 2         |                                                               |
|                                                         | 2. Практическое занятие «Семинар на тему «Основы информационной безопасности»».                                                                                                                                                                                                                                        | 2         |                                                               |
|                                                         | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>2</b>  |                                                               |
|                                                         | Подготовка выступлений, докладов                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2         |                                                               |
| <b>Тема 4. Технологии поиска и передачи информации.</b> | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>12</b> | ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; |
|                                                         | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>8</b>  |                                                               |
|                                                         | 1. Классификации информационных ресурсов. Источники информационных ресурсов: средства массовой информации, интернет, библиотеки. Документ как информационный ресурс. Электронный документ. Локальные и сетевые электронные ресурсы. Возможности использования информационных ресурсов в профессиональной деятельности. | 4         |                                                               |
|                                                         | 2. Компьютерные сети. Основные компоненты компьютерных сетей, принципы пакетной передачи данных. Технология поиска и обмена информацией в локальных и глобальных компьютерных сетях.                                                                                                                                   | 2         |                                                               |
|                                                         | 3. Справочно-правовые системы, их классификация. Назначение и возможности справочно-правовых систем. Технологии поиска документов в справочно-правовых системах.                                                                                                                                                       | 2         |                                                               |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                  |           |                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                          | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                                                     | <b>4</b>  |                                                               |
|                                                                          | 1. Практическое занятие «Поиск и обмен информацией в глобальных компьютерных сетях».                                                                                                                             | 2         |                                                               |
|                                                                          | 2. Практическое занятие «Поиск документов в справочно-правовых системах».                                                                                                                                        | 2         |                                                               |
|                                                                          | <b>Итого за III семестр</b>                                                                                                                                                                                      | <b>34</b> |                                                               |
| <b>Тема 5.<br/>Программы<br/>обработки<br/>текстовой<br/>информации.</b> | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                                                      | <b>14</b> | ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; |
|                                                                          | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                   | <b>4</b>  |                                                               |
|                                                                          | 1. Текстовый редактор. Загрузка программы, работа с документом. Основные приемы ввода, редактирования, форматирования текста.                                                                                    | 1         |                                                               |
|                                                                          | 2. Приемы создания, редактирования, оформления таблиц в текстовом редакторе.                                                                                                                                     | 1         |                                                               |
|                                                                          | 3. Графические возможности текстового редактора: добавление, редактирование графических объектов.                                                                                                                | 1         |                                                               |
|                                                                          | 4. Создание и оформление многостраничных документов в текстовом редакторе. Оформление страниц. Печать документов.                                                                                                | 1         |                                                               |
|                                                                          | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                                                     | <b>10</b> |                                                               |
|                                                                          | 1. Практическое занятие «Оформление текста: редактирование, форматирование».                                                                                                                                     | 2         |                                                               |
|                                                                          | 2. Практическое занятие «Оформление таблиц в текстовом редакторе».                                                                                                                                               | 2         |                                                               |
|                                                                          | 3. Практическое занятие «Работа с объектами в текстовом редакторе».                                                                                                                                              | 2         |                                                               |
|                                                                          | 4. Практическое занятие «Оформление многостраничных документов в текстовом редакторе».                                                                                                                           | 2         |                                                               |
|                                                                          | 5. Практические занятия «Создание и оформление текстовых документов при выполнении профессиональных задач».                                                                                                      | 2         |                                                               |
| <b>Тема 6.<br/>Программы<br/>обработки<br/>электронных<br/>таблиц.</b>   | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                                                      | <b>16</b> | ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; |
|                                                                          | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                                                   | <b>6</b>  |                                                               |
|                                                                          | 1. Табличный процессор. Основные приемы создания и редактирования, форматирования электронных таблиц.                                                                                                            | 2         |                                                               |
|                                                                          | 2. Обработка информации, выполнение расчетов в электронных таблицах. Формулы, ввод формул. Функции, виды функций. Приемы и методы обработки данных, содержащихся в электронных таблицах: сортировка, фильтрация. | 2         |                                                               |
|                                                                          | 3. Графические возможности текстового редактора: добавление, редактирование графических объектов. Построение графиков и диаграмм.                                                                                | 2         |                                                               |
|                                                                          | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                                                     | <b>8</b>  |                                                               |

|                                                                                |                                                                                                                                                                                |           |                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                                | 1. Практическое занятие «Оформление электронных таблиц».                                                                                                                       | 2         |                                                               |
|                                                                                | 2. Практические занятия «Обработка информации, выполнение расчетов в электронных таблицах».                                                                                    | 2         |                                                               |
|                                                                                | 3. Практическое занятие «Графические возможности электронных таблиц».                                                                                                          | 2         |                                                               |
|                                                                                | 4. Практические занятия «Создание документов в электронных таблицах при выполнении профессиональных задач».                                                                    | 2         |                                                               |
|                                                                                | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                  | <b>2</b>  |                                                               |
|                                                                                | Составление схемы «Возможности табличного процессора в профессиональной деятельности»                                                                                          | 2         |                                                               |
| <b>Тема 7.<br/>Технологии<br/>обработки<br/>мультимедийной<br/>информации.</b> | <b>Основное содержание.</b>                                                                                                                                                    | <b>14</b> | ОК 02,<br>ПК 1.1- ПК 1.6<br>ПК 2.1.-ПК 2.4.<br>ПК 3.1-ПК 3.5; |
|                                                                                | <b>Теоретическое обучение.</b>                                                                                                                                                 | <b>6</b>  |                                                               |
|                                                                                | 1. Возможности использования мультимедийных технологий для обеспечения профессиональной деятельности. Программное и аппаратное обеспечение и мультимедийных технологий.        | 2         |                                                               |
|                                                                                | 2. Общие сведения о презентациях, схема работы, создание, редактирование и оформление презентаций, общие операции со слайдами. Рекомендации по оформлению слайдов презентации. | 1         |                                                               |
|                                                                                | 3. Настойка анимации слайдов, демонстрация слайдов.                                                                                                                            | 1         |                                                               |
|                                                                                | 4. Работа с шаблонами презентаций.                                                                                                                                             | 1         |                                                               |
|                                                                                | 5. Аудио- и видеомонтаж с использованием специализированного программного обеспечения.                                                                                         | 1         |                                                               |
|                                                                                | <b>Практические занятия.</b>                                                                                                                                                   | <b>8</b>  |                                                               |
|                                                                                | 1. Практическое занятие «Создание и оформление презентаций».                                                                                                                   | 2         |                                                               |
|                                                                                | 2. Практические занятия «Подготовка презентации к демонстрации».                                                                                                               | 2         |                                                               |
|                                                                                | 3. Практические занятия «Аудио- и видеомонтаж».                                                                                                                                | 2         |                                                               |
|                                                                                | 4. Практические занятия «Использование мультимедийных технологий для наглядного представления информации при выполнении профессиональных задач».                               | 2         |                                                               |
|                                                                                | <b>Промежуточная аттестация (экзамен)</b>                                                                                                                                      | <b>10</b> |                                                               |
|                                                                                | <b>Итого за IV семестр:</b>                                                                                                                                                    | <b>56</b> |                                                               |
|                                                                                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>90</b> |                                                               |

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

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

Кабинет «Информатики», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 основной 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. Обязательные печатные издания**

1. Гаврилов М. В. Информатика и информационные технологии: учебник для среднего профессионального образования / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021.

2. Куприянов Д. В. Информационное обеспечение профессиональной деятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. В. Куприянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 255 с.

3. Петлина Е. М. Информационные технологии в профессиональной деятельности: учебное пособие для СПО / Е. М. Петлина, А. В. Горбачев. — Саратов: Профобразование, 2021. — 111 с.

4. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П. К. Петров. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 377 с.

##### **3.2.2. Электронные издания**

1. Гаврилов М. В. Информатика и информационные технологии: учебник для среднего профессионального образования / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 383 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03051-8. — Текст: электронный

2. Куприянов Д. В. Информационное обеспечение профессиональной деятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. В. Куприянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00973-6. — Текст: электронный

3. Петлина Е. М. Информационные технологии в профессиональной деятельности: учебное пособие для СПО / Е. М. Петлина, А. В. Горбачев. — Саратов: Профобразование, 2021. — 111 с. — ISBN 978-5-4488-1113-5. — Текст: электронный

4. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П. К. Петров. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 377 с. — ISBN 978-5-4487-0737-7. — Текст: электронный

5. Бурняшов, Б. А. Офисные пакеты «Мой Офис», «Р7-Офис». Практикум / Б. А. Бурняшов. — (полноцветная печать). — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 136 с. — ISBN 978-5-507-45495-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

<https://e.lanbook.com/book/302636> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Бурнаева, Э. Г. Обработка и представление данных в MS Excel : учебное пособие для спо / Э. Г. Бурнаева, С. Н. Леора. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 156 с. — ISBN 978-5-8114-8951-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/185903> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Жук, Ю. А. Информационные технологии: мультимедиа : учебное пособие для спо / Ю. А. Жук. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 208 с. — ISBN 978-5-8114-6829-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/153641> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Журавлев, А. Е. Информатика. Практикум в среде Microsoft Office 2016/2019 / А. Е. Журавлев. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 124 с. — ISBN 978-5-507-45697-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/279833> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Калмыкова, С. В. Работа с таблицами на примере Microsoft Excel / С. В. Калмыкова, Е. Ю. Ярошевская, И. А. Иванова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 136 с. — ISBN 978-5-507-44924-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/249632> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                             |
| - номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- перечисляет информационные ресурсы, применяемые в профессиональной деятельности;</li> <li>- критически оценивает результаты поиска;</li> <li>- перечисляет приемы структурирования информации;</li> <li>- выбирает формат оформления результатов поиска информации;</li> <li>- перечисляет, распознает инструменты современных программных и аппаратных средств информатизации,</li> <li>- описывает порядок их применения в профессиональной деятельности;</li> </ul> | Устный опрос,<br>Проверочные работы,<br>Рефераты (сообщения)<br>Семинарские занятия<br>Тестирование<br>Дифференцированный зачет                             |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                             |
| определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет задачи для поиска информации,</li> <li>- подбирает необходимые ресурсы для поиска информации;</li> <li>- планирует процесс поиска информации;</li> <li>- оценивает релевантность и практическую значимость результатов поиска информации;</li> <li>- оформляет результаты поиска информации;</li> <li>- применяет инструменты современных программных и аппаратных средств информатизации для решения профессиональных задач</li> </ul>                     | Семинарские занятия<br>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.<br>Оценка результатов выполнения практической работы<br>Дифференцированный зачет |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.04. АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ

# ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.04. Анатомия и физиология человека

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.04. Анатомия и физиология человека является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК.01, ОК 08

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК                                                                            | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК.01,<br>ОК 08<br>ПК 1.3.; ПК<br>1.5.; ПК 1.6;<br>.<br>ПК 3.1.- ПК<br>3.3; ПК 3.5.<br>. | <ul style="list-style-type: none"><li>-распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li><li>-определять этапы решения задачи;</li><li>выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li><li>- составлять план действия;</li><li>владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий;</li><li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья,</li><li>-применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li><li>-определять топографическое расположение и строение органов</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать;</li><li>-алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li><li>-методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li><li>-структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</li><li>- основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека;</li><li>- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;</li><li>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</li><li>- возрастную морфологию, анатомо-</li></ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>и частей тела;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять возрастные особенности строения организма;</li> <li>- применять знания по анатомии и физиологии в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</li> <li>- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека</li> <li>- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность;</li> <li>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды;</li> <li>-отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой</li> <li>- применять знания по анатомии и физиологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> </ul> | <p>физиологические особенности разновозрастных групп населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;</li> <li>- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;</li> <li>- способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;</li> <li>- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;</li> <li>- роль центральной нервной системы в регуляции движений;</li> </ul> <p>взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности</li> </ul> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                 | Объем в часах |
|----------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 96            |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 16            |
|                                                    |               |
| теоретическое обучение                             | 16            |
| практические занятия                               |               |
| Самостоятельная работа                             | 75            |
| Экзамен                                            | 5             |

## 2.2. 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. Введение. Анатомия и физиология как наука. Учение о клетке. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов. |                                                                                                       | 7/2                                                                  |                                                                       |
| Тема 1.1.<br><br>Анатомия и физиология как науки. Понятие об органе и системах органов. Организм в целом (теория).           | Содержание учебного материала                                                                         | 3                                                                    | ОК.01, ОК 08,                                                         |
|                                                                                                                              | Анатомия и физиология как науки.                                                                      | 1                                                                    | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5.        |
|                                                                                                                              | Методы изучения организма человека.                                                                   |                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                              | Части тела человека.                                                                                  |                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                              | Оси и плоскости тела человека.                                                                        |                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                              | Анатомическая номенклатура.                                                                           |                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                              | Определение органа. Системы органов                                                                   |                                                                      |                                                                       |
|                                                                                                                              | Роль анатомии и физиологии человека в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта. |                                                                      |                                                                       |
| Тема 1.2. Основы цитологии.<br>Клетка                                                                                        | Содержание учебного материала                                                                         | 3                                                                    | ОК.01, ОК 08,                                                         |
|                                                                                                                              | Клетка: строение и функции клеток.                                                                    | 1                                                                    | ПК 1.3.; ПК 1.5;                                                      |

|                                              |                                                                                                                                   |   |                                                                                     |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | Химический состав клетки неорганические и органические вещества их функции.                                                       |   | ПК 1.6;<br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5.                                              |
|                                              | Строение и свойства ДНК, виды РНК.                                                                                                |   |                                                                                     |
|                                              | Обмен веществ и энергии в клетки.                                                                                                 |   |                                                                                     |
|                                              | Жизненный цикл клетки.                                                                                                            |   |                                                                                     |
| Тема 1.3.                                    | Содержание учебного материала                                                                                                     | 3 | ОК.01, ОК 08,<br><br>ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
| Основы гистологии.<br><br>Виды тканей.       | Ткань - определение, классификация, функциональные различия. .                                                                    | 2 |                                                                                     |
|                                              | Эпителиальная ткань – расположение, виды, функции. Классификация покровного эпителия.                                             |   |                                                                                     |
|                                              | Соединительная ткань – расположение, функции, строение, классификация.                                                            |   |                                                                                     |
|                                              | Мышечная ткань – специфическое свойство, функции, виды.                                                                           |   |                                                                                     |
|                                              | Нервная ткань – расположение, строение. Строение нейрона, виды нейронов.                                                          |   |                                                                                     |
|                                              | Хрящевая ткань - строение, виды, расположение в организме.                                                                        |   |                                                                                     |
|                                              | Костная ткань, расположение, строение, функции.                                                                                   |   |                                                                                     |
|                                              | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                   | 2 |                                                                                     |
|                                              | Практическая работа № 1. Изучение с использованием таблиц тканей человеческого организма: эпителиальных, соединительных, мышечных | 2 |                                                                                     |
|                                              | Расположение, особенности строения, функции.                                                                                      |   |                                                                                     |
| Тема 1.4. Внутренняя среда организма. Кровь. | Содержание учебного материала                                                                                                     | 2 | ОК.01, ОК 08                                                                        |
|                                              | Состав внутренней среды организма.                                                                                                | 2 | ПК 1.3.; ПК 1.5;                                                                    |

|                                                 |                                                                                  |       |                                                            |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------|
| Форменные элементы крови                        | Гомеостаз.                                                                       |       | ПК 1.6;<br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5.                     |
|                                                 | Основные константы внутренней среды.                                             |       |                                                            |
|                                                 | Гемопоз.                                                                         |       |                                                            |
|                                                 | Красный костный мозг.                                                            |       |                                                            |
|                                                 | Система крови.                                                                   |       |                                                            |
|                                                 | Состав крови, состав сыворотки, плазмы крови.                                    |       |                                                            |
|                                                 | Форменные элементы крови.                                                        |       |                                                            |
|                                                 | Константы крови.                                                                 |       |                                                            |
|                                                 | Функции крови.                                                                   |       |                                                            |
|                                                 | Группы крови.                                                                    |       |                                                            |
| Раздел 2. Опорно-двигательный аппарат человека. |                                                                                  | 27/18 |                                                            |
| Тема 2.1.<br>Остеоартросиндесмология            | Содержание учебного материала                                                    | 5     | ОК.01, ОК 08                                               |
|                                                 | Определение процесса движения.                                                   | 3     | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                 | Структуры организма, осуществляющие процесс движения                             |       |                                                            |
|                                                 | Принцип рычага в работе суставов                                                 |       |                                                            |
|                                                 | Анатомо-физиологические особенности костной системы в разные возрастные периоды. |       |                                                            |
|                                                 | Виды костей. Строение кости как органа.                                          |       |                                                            |
|                                                 | Рост кости в длину и толщину.                                                    |       |                                                            |

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                                                                    |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                   | Виды соединения костей.                                                                                                                                                                                                    |   |                                                                                    |
|                                                   | Влияние физических упражнений, социальных факторов и питания на рост и развитие костей.                                                                                                                                    |   |                                                                                    |
|                                                   | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                            | 2 |                                                                                    |
|                                                   | Практическое занятие № 2 Работа с использованием анатомических моделей суставов. Изучение объем движений в суставах. Пассивная и активная части опорно-двигательного аппарата. Строение суставов. Виды движений в суставах | 2 |                                                                                    |
| Тема 2.2. Кости и топография черепа. Мышцы головы | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                              | 3 | ОК.01, ОК 08<br><br>ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                   | Анатомо-физиологические особенности строения костей черепа в разные периоды жизни человека.                                                                                                                                | 2 |                                                                                    |
|                                                   | Отделы черепа и кости их образующие.                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                    |
|                                                   | Соединения костей черепа.                                                                                                                                                                                                  |   |                                                                                    |
|                                                   | Половые различия черепа.                                                                                                                                                                                                   |   |                                                                                    |
|                                                   | Строение родничков черепа новорожденного, сроки закрытия родничков.                                                                                                                                                        |   |                                                                                    |
|                                                   | Мышцы головы, расположение и функции                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                    |
|                                                   | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                            | 2 |                                                                                    |
|                                                   | Практическое занятие № 3 Изучение препаратов костей черепа. Демонстрация костей на скелете черепа.                                                                                                                         | 2 |                                                                                    |
| Тема 2.3. Скелет туловища. Мышцы туловища         | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                              | 9 | ОК.01 , ОК 08<br><br>ПК 1.3.; ПК 1.5;                                              |
|                                                   | Позвоночный столб.                                                                                                                                                                                                         | 3 |                                                                                    |

|  |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                        |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------|
|  | Шейные позвонки.                                                                                                                                                                                                           |   | ПК 1.6;<br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|  | Особенности строения первого и второго шейных позвонков.                                                                                                                                                                   |   |                                        |
|  | Грудные, поясничные, крестцовые позвонки.                                                                                                                                                                                  |   |                                        |
|  | Копчик.                                                                                                                                                                                                                    |   |                                        |
|  | Соединения позвонков.                                                                                                                                                                                                      |   |                                        |
|  | Движение позвоночного столба.                                                                                                                                                                                              |   |                                        |
|  | Изгибы позвонков.                                                                                                                                                                                                          |   |                                        |
|  | Профилактика искривления позвоночника.                                                                                                                                                                                     |   |                                        |
|  | Грудная клетка. Ребра. Грудина.                                                                                                                                                                                            |   |                                        |
|  | Соединения ребер с позвоночным столбом и грудиной.                                                                                                                                                                         |   |                                        |
|  | Возрастные особенности грудной клетки.                                                                                                                                                                                     |   |                                        |
|  | Особенности строения скелета туловища разновозрастных групп населения.                                                                                                                                                     |   |                                        |
|  | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                            | 6 |                                        |
|  | Практическое занятие № 4. Изучение на анатомических препаратах строение костей туловища, проекцию основных образований позвоночного столба на поверхность тела человека.<br><br>Демонстрация движения позвоночного столба. | 2 |                                        |
|  | Практическое занятие № 5. Изучение на анатомических препаратах проекцию костных образований грудной клетки. Демонстрация движения грудной клетки                                                                           | 2 |                                        |

|                                                                       |                                                                                                                                                     |   |                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------|
|                                                                       | Практическое занятие № 6. Изучение на анатомических моделях и муляжах мышц туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота, расположение, функции. | 2 |                                                                |
| Тема 2.4. Скелет верхних и нижних конечностей                         | Содержание учебного материала                                                                                                                       | 4 | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                                                       | Отделы скелета верхних и нижних конечностей.                                                                                                        | 2 | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                                       | Строение костей плечевого пояса.                                                                                                                    |   |                                                                |
|                                                                       | Строение тазового пояса, половые отличия строения таза, размеры женского таза.                                                                      |   |                                                                |
|                                                                       | Особенности строения костей верхних и нижних конечностей в разные возрастные периоды жизни человека.                                                |   |                                                                |
|                                                                       | Соединения костей верхних и нижних конечностей, движения в них                                                                                      |   |                                                                |
|                                                                       | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                     | 2 |                                                                |
|                                                                       | Практическое занятие № 7. Изучение костей верхних и нижних конечностей на скелете                                                                   | 2 |                                                                |
| Тема 2.5.<br><br>Аппарат движения верхних и нижних конечностей (мышц) | Содержание учебного материала                                                                                                                       | 6 | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                                                       | Мышцы верхней конечности, расположение, функции.                                                                                                    | 2 | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                                       | Мышцы нижней конечности, расположение, функции.                                                                                                     |   |                                                                |
|                                                                       | Мышцы синергисты и антагонисты.                                                                                                                     |   |                                                                |
|                                                                       | Сила действия мышцы.                                                                                                                                |   |                                                                |
|                                                                       | Мышечный тонус.                                                                                                                                     |   |                                                                |

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                             |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------|
|                                                | Утомление мышц.                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                             |
|                                                | Восстановление работоспособности мышц                                                                                                                                                                                                                                                     |      |                             |
|                                                | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                           | 6    |                             |
|                                                | Практическое занятие № 8. Изучение мышц на муляжах и фантомах                                                                                                                                                                                                                             | 2    |                             |
|                                                | Практическое занятие № 9. Физиологическая характеристика мышечной работы. Динамическая работа при движениях в суставах. Физиологические реакции при динамической работе. Мышечная сила. Оценка гибкости тела. Сила мышц и силовая выносливость. Утомление мышц. Определение мышечной силы | 2    |                             |
|                                                | Практическое занятие № 10. Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул. Пропорции телосложения                                                                                                                                                                     | 2    |                             |
| Раздел 3. Общая характеристика нервной системы |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 14/8 |                             |
| Тема 3.1. Нервная система.                     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                             | 4    | ОК.01, ОК 08                |
| Классификация.                                 | Интегративный характер нервной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                              | 2    | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6; |
| Спинной мозг                                   | Классификация нервной системы.                                                                                                                                                                                                                                                            |      | ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                | Общие принципы строения нервной системы.                                                                                                                                                                                                                                                  |      |                             |
|                                                | Виды нейронов.                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |                             |
|                                                | Виды нервных волокон, нервы – строение, виды.                                                                                                                                                                                                                                             |      |                             |
|                                                | Синапс, понятие, виды.                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |                             |
|                                                | Расположение и строение спинного мозга, его функции.                                                                                                                                                                                                                                      |      |                             |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |                                                                                    |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 | Спинной мозг. Форма. Оболочки спинного мозга. Передние и задние корешки спинномозговых нервов. Серое и белое вещество спинного мозга.                                                                                                                                                                                                         |   |                                                                                    |
|                                                 | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2 |                                                                                    |
|                                                 | Практическое занятие № 11. Исследование рефлексов спинного мозга. Классификация соматических рефлексов спинного мозга по рецепторам (проприорецептивные, висцерорецептивные, кожные), по эффекторам рефлекса (рефлексы конечностей, брюшные, органов таза). Рефлексы конечностей (сгибательные, разгибательные, ритмические и рефлексы позы). | 2 |                                                                                    |
| Тема 3.2. Анатомия и физиология головного мозга | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 6 | ОК.01, ОК 08<br><br>ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                 | Головной мозг. Анатомические особенности строения и функции продолговатого мозга, моста, мозжечка, среднего и промежуточного мозга.                                                                                                                                                                                                           | 2 |                                                                                    |
|                                                 | Оболочки и проводящие пути спинного и головного мозга.                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                    |
|                                                 | Конечный (большой) мозг. Левые и правые полушария большого мозга. Борозды и извилины. Строение коры большого мозга.                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                    |
|                                                 | Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений: основные принципы организации движений, позно-тонических реакций, нисходящие моторные системы                                                                                                                                                                        |   |                                                                                    |
|                                                 | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4 |                                                                                    |
|                                                 | Практическое занятие № 12. Рефлексы, осуществляемые продолговатым мозгом и мостом (вегетативные, защитные, соматические). Рефлексы, осуществляемые средним мозгом (статические и статокINETические). Структуры мозжечка. Двигательные функции мозжечка. Структурно-функциональная характеристика промежуточного мозга. Структурно-            | 2 |                                                                                    |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                                                                |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------|
|                         | функциональная организация лимбической системы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                                                                |
|                         | Практическое занятие № 13. Высшая нервная деятельность человека.<br>Аналитическая и синтетическая деятельность коры больших полушарий.<br>Мотивации и эмоции. Холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический типы нервной системы.<br><br>Условный рефлекс, виды, торможение условного рефлекса.<br><br>I и II сигнальные системы                                                                  | 2 |                                                                |
| Тема 3.3. Органы чувств | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4 | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                         | Орган зрения. Глазное яблоко. Наружная фиброзная, сосудистая и собственно-сосудистая оболочки глазного яблока. Вспомогательные органы глаза. Глазодвигательные мышцы. Жировое тело глазницы. Веки. Слезной аппарат глаза. Слезная железа. Возрастные особенности органа зрения. Оптическая система и аккомодационный аппарат глаза. Проводящий путь зрительного нерва. Бинокулярное, черно-белое и цветное зрение. | 2 | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                         | Орган слуха и равновесия. Наружное, среднее и внутренне ухо. Вестибулярный аппарат внутреннего уха. Звуковоспринимающий аппарат внутреннего уха. Восприятие звука.                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                |
|                         | Орган вкуса и обоняния. Вкусовые почки. Обонятельная область слизистой оболочки полости носа. Обонятельные рецепторы клетки. Обонятельный тракт.                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |                                                                |
|                         | Кожа и ее производные. Функции кожи. Эпидермис и дерма. Волосы. Ногти.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   |                                                                |
|                         | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2 |                                                                |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     |                                                                |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------|
|                                                            | Практическое занятие № 14. Определение пространственного порога чувствительности различных участков кожи человека. Определение остроты и поля зрения, особенностей бинокулярного зрения. Определение вкусовых порогов чувствительности различных участков языка. Определение вестибулоустойчивости. | 2   |                                                                |
| Раздел 4. Общая характеристика сердечно-сосудистой системы |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 7/4 |                                                                |
| Тема 4.1. Строение сердечно-сосудистой системы             | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                       | 7   | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                                            | Значение сердечно-сосудистой системы.                                                                                                                                                                                                                                                               | 3   | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                            | Деление сердечно-сосудистой системы на кровеносную и лимфатическую.                                                                                                                                                                                                                                 |     |                                                                |
|                                                            | Кровеносная система. Кровообращение. Органы кровообращения: сердце, кровеносные сосуды.                                                                                                                                                                                                             |     |                                                                |
|                                                            | Особенности строения сердечно-сосудистой системы разновозрастных групп населения.                                                                                                                                                                                                                   |     |                                                                |
|                                                            | Околосердечная сумка.                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |                                                                |
|                                                            | Внешнее строение сердца.                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |                                                                |
|                                                            | Внутреннее строение сердца: стенки, полости, клапаны.                                                                                                                                                                                                                                               |     |                                                                |
|                                                            | Особенности сердечной мышцы.                                                                                                                                                                                                                                                                        |     |                                                                |
|                                                            | Собственные сосуды сердца.                                                                                                                                                                                                                                                                          |     |                                                                |
|                                                            | Кровеносные сосуды: капилляры, вены и артерии. Строение их стенок.                                                                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
|                                                            | Круги кровообращения.                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |                                                                |

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     |                                                                |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------|
|                                             | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 4   |                                                                |
|                                             | Практическое занятие № 15. Электрокардиография. Анализ ЭКГ. Регистрация артериального давления. Систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Движение крови по сосудам. Кровяное давление как фактор, обеспечивающий движение крови. Величина кровяного давления в норме.                                                                          | 2   |                                                                |
|                                             | Практическое занятие № 16. Сердечный цикл. Сила сокращения миокарда. Сократимость сердечной мышцы. Зависимость массы и размера сердца человека от его мышечной деятельности и состояния здоровья. Влияние физических нагрузок на сердечный выброс и ЧСС. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки. | 2   |                                                                |
| Раздел 5. Пищеварительная система           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 7/6 |                                                                |
| Тема 5.1. Строение пищеварительной системы. | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5   | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                             | Пищеварительный тракт и пищеварительные железы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1   | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                             | Строение стенок пищеварительного тракта.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
|                                             | Ротовая полость, строение ее стенок. Органы ротовой полости.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |     |                                                                |
|                                             | Глотка, ее стенки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |     |                                                                |
|                                             | Пищевод.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
|                                             | Желудок, микроскопическое строение его стенки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |                                                                |
|                                             | Тонкий и толстый кишечник. Особенности строения их стенок.                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     |                                                                |
|                                             | Поджелудочная железа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     |                                                                |

|                                                |                                                                                                                                                                                                        |     |                                                          |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------|
|                                                | Печень, ее микроскопическое строение.                                                                                                                                                                  |     |                                                          |
|                                                | Желчный пузырь.                                                                                                                                                                                        |     |                                                          |
|                                                | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                        | 6   |                                                          |
|                                                | Практическое занятие № 17. Этапы пищеварения. Процесс всасывания углеводов, жиров и белков. Функции печени, связанные с пищеварением. Определение энергозатрат по состоянию сердечных сокращений.      | 2   |                                                          |
|                                                | Практическое занятие № 18. Составление пищевого рациона. Влияние физической нагрузки на пищеварительные процессы                                                                                       | 4   |                                                          |
| Раздел 6. Дыхательная система                  |                                                                                                                                                                                                        | 5/4 |                                                          |
| Тема 6.1 Анатомия и физиология органов дыхания | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                          | 5   | ОК.01, ОК 08                                             |
|                                                | Строение полости носа. Очищение, согревание и увлажнение воздуха в полости носа.                                                                                                                       | 1   | ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. |
|                                                | Строение и топографическое расположение гортани. Голосовой аппарат.                                                                                                                                    |     |                                                          |
|                                                | Анатомическое строение трахеи и главных бронхов.                                                                                                                                                       |     |                                                          |
|                                                | Строение легких. Плевра. Границы легких и плевральных полостей.                                                                                                                                        |     |                                                          |
|                                                | Средостение.                                                                                                                                                                                           |     |                                                          |
|                                                | Сущность процесса дыхания. Механизм вдоха и выдоха.                                                                                                                                                    |     |                                                          |
|                                                | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                        | 4   |                                                          |
|                                                | Практическое занятие № 19. Особенности дыхания при различных условиях. Дыхание при мышечной работе. Влияние факторов среды на развитие дыхательной системы. Определение дыхательных объемов и емкостей | 4   |                                                          |

|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------|
|                                                                                      | (спирометрия). Запись дыхательных движений у человека. Гуморальные и рефлекторные влияния на дыхательные движения. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок. |     |                                                                |
| Раздел 7. Общие вопросы анатомии мочевыделительной и репродуктивной системы человека |                                                                                                                                                                                                  | 3/0 |                                                                |
| Тема 7.1. Анатомия и физиология органов мочевыделительной системы                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                    | 1   | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                                                                      | Значение мочевыделительной системы.                                                                                                                                                              | 1   | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                                                      | Строение почки. Кортикальное и мозговое вещество почки. Нефрон – структурно - функциональная единица почки.                                                                                      |     |                                                                |
|                                                                                      | Мочевыводящие пути.                                                                                                                                                                              |     |                                                                |
|                                                                                      | Почечные чашки.                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
|                                                                                      | Лоханка.                                                                                                                                                                                         |     |                                                                |
|                                                                                      | Мочеточники.                                                                                                                                                                                     |     |                                                                |
|                                                                                      | Мочевой пузырь.                                                                                                                                                                                  |     |                                                                |
| Тема 7.2. Анатомия органов репродуктивной системы                                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                    | 2   | ОК.01, ОК 08                                                   |
|                                                                                      | Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости.              | 2   | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
| Раздел 8 Эндокринная система человека                                                |                                                                                                                                                                                                  | 4\2 |                                                                |
| Тема 8.1 Гуморальная                                                                 | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                    | 4   | ОК.01, ОК 08                                                   |

|                                                                                                                                                                      |                                                                        |       |                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------|
| регуляция процессов жизнедеятельности.<br>Эндокринная система                                                                                                        | Железы внешней, внутренней и смешанной секреции.                       | 2     | ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 1.6;<br><br>ПК 3.1.- ПК 3.3;<br>ПК 3.5. |
|                                                                                                                                                                      | Железы внутренней секреции.                                            |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Гормоны. Виды гормонов, их характеристика. Механизм действия гормонов. |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Органы–мишени.                                                         |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Эпифиз расположение, строение, гормоны их действие.                    |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Щитовидная железа: расположение, строение, гормоны их действие.        |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Паращитовидные железы: расположение, строение, гормоны их действие.    |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Надпочечники – расположение, строение, гормоны их действие.            |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Гормоны поджелудочной железы, их действие.                             |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Гормоны половых желез, их действие.                                    |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | Гормон вилочковой железы, его действие.                                |       |                                                                |
|                                                                                                                                                                      | В том числе практических и лабораторных занятий                        | 2     |                                                                |
| Практическое занятие № 20. Составить схему влияния гипофиза на остальные железы внутренней секреции. Сопоставить схему влияния стресса на железы внутренней секреции |                                                                        | 2     |                                                                |
| Промежуточная аттестация                                                                                                                                             |                                                                        | 10    |                                                                |
| Всего:                                                                                                                                                               |                                                                        | 88/44 |                                                                |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Анатомии и физиологии и гигиены».

Лаборатория физической и функциональной диагностики,

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. Обязательные печатные издания

Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры.- Изд. 16-е /Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского.-М.: Спорт, 2022.- 624 с.

Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 182 с.

Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 414 с.

Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 416 с.

Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 624 с.

Кабанов, Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 464 с.

Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 447 с.

Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 Опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 373 с.

### 3.2.2. Электронные издания

1. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12305-0. — Текст : электронный
2. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232>.
3. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 416 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04247-4. — Текст : электронный
4. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст: электронный
5. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517179>
6. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 447 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6227-7. — Текст : электронный
7. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 Опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 373 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05819-2. — Текст: электронный
8. Пожарова, Г. В. Физиология физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Г. В. Пожарова, Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 171 с. — ISBN 978-5-8156-1077-4. — Текст: электронный.
9. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 620 с. — ISBN 978-5-9500179-3-3. — Текст: электронный
10. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 3.2.3. Дополнительные источники

Караханян, К. Г. Анатомия и физиология человека. Сборник ситуационных задач : учебное пособие / К. Г. Караханян, Е. В. Карпова. — Санкт-Петербург: Лань, 2020 — 72 с. — ISBN 978-5-8114-3894-5. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:<https://e.lanbook.com/book/130175> (дата обращения: 05.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Кондакова, Э. Б. Рабочая тетрадь по анатомии и физиологии. Ответы : учебное пособие / Э. Б. Кондакова, И. Ю. Графова. — Санкт-Петербург: Лань, 2018 — 80 с. — ISBN 978-5-8114-2649-2 — Текст :электронный // Лань электронно-библиотечная система.-URL: <https://e.lanbook.com/book/101859> (дата обращения: 05.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Чинкин, А. С. Физиология спорта : учебное пособие : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко - Москва : Спорт, 2016. - 120 с.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Методы оценки                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых<br>в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"><li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать;</li><li>алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li><li>методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li><li>- основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека;</li><li>- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- владение и грамотное использование терминологии в области анатомии и физиологии человека;</li><li>- поясняет строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;</li><li>-аргументированное выражение собственного</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Устный опрос,</li><li>Проверочные работы,</li><li>Решение ситуационных задач;</li><li>Тестирование</li><li>Экзамен</li></ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>анализаторами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</li> <li>возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</li> <li>- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;</li> <li>- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;</li> <li>- способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;</li> <li>- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;</li> <li>- роль центральной нервной системы в регуляции движений</li> <li>- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</li> <li>- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> </ul> | <p>мнения, согласованное с научными положениями;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поясняет анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</li> <li>- поясняет анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам</li> <li>- поясняет основные понятия динамической и функциональной анатомии систем обеспечения и регуляции движения;</li> <li>- перечисляет способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</li> <li>- грамотно поясняет физиологические процессы жизнедеятельности систем организма человека;</li> <li>- описание механизмов осуществления метаболических процессов и гомеостаза;</li> <li>- представление механизма развития физиологической адаптации человека;</li> <li>- воспроизведение механизма регулирующих функций нервной и эндокринной систем;</li> <li>-перечисление отделов центральной нервной системы обеспечивающих регуляцию движений;</li> <li>- перечисление механизмов обеспечивающих развитие</li> </ul> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>функциональных возможностей организма;</p> <p>-перечисление методов определения двигательной активности;</p> <p>описание механизмов восстановления;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                    |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
| <p>-распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</p> <p>составлять план действия;</p> <p>владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий</p> <p>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</p> <p>- определять возрастные особенности строения организма;</p> <p>-применять знания по анатомии физиологии в профессиональной деятельности;</p> <p>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</p> <p>- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;</p> <p>- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность;</p> <p>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в</p> | <p>- определяет топографическое расположение и строение органов и частей тела;</p> <p>- определяет возрастные особенности строения организма человека;</p> <p>-оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений;</p> <p>-определяет антропометрические показатели, применяет знания по анатомии и физиологии для составления программы тренировок;</p> <p>применение и использование методик для определения показателей различных систем организма человека; Измерение А/Д, пульса, ЧДД и др.</p> <p>- применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния;</p> <p>- применение методик оценивания влияния факторов внешней среды на</p> | <p>Оценка результатов выполнения практической работы</p> <p>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.</p> <p>Экзамен</p> |

|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>разновозрастные периоды;</p> <p>-отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой</p> | <p>организм человека в разновозрастные периоды;</p> <p>- проводит анатомический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека.</p> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01; ОК 02; ОК 08.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК              | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 | использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;<br>определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;<br>давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;<br>определять физическую и умственную работоспособность;<br>проводить диагностику наступающего утомления;<br>проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности. | общие закономерности роста и развития организма детей и подростков;<br>физиологию ЦНС и ВНС детей и подростков;<br>рефлекторный характер речевой функции;<br>методы определения физического развития и физической работоспособности детей;<br>методы изучения умственной работоспособности детей;<br>динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;<br>возрастные особенности функционирования висцеральных систем;<br>биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы;<br>принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза;<br>методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды;<br>гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса. |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                 | Объем в часах |
|----------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 54            |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 8             |
| в т. ч.:                                           |               |
| теоретическое обучение                             | 8             |
| практические занятия                               |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                      | 41            |
| Промежуточная аттестация                           |               |
| Консультация                                       |               |
| Экзамен                                            | 5             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                            | Содержание 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 1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                        | 2/0                                                                     | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08                                               |
|                                                                        | 1. Предмет и задачи учебной дисциплины. Методы исследования в возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Связь этого предмета с другими дисциплинами.                                                                                                             | 2                                                                       |                                                                       |
| Тема 2. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены        | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                        | 12/2                                                                    | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08                                               |
|                                                                        | 1. Определение организма и его свойств, уровни организации живого организма.                                                                                                                                                                                      | 8                                                                       |                                                                       |
|                                                                        | 2. Роль среды и наследственности в развитии детского организма. Закономерности роста и развития.                                                                                                                                                                  |                                                                         |                                                                       |
|                                                                        | 3. Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. Акселерация и ретардация, их причины.                                                                                                |                                                                         |                                                                       |
|                                                                        | 4. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка.                                                                                                                                                                                               |                                                                         |                                                                       |
|                                                                        | 5. Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастнополовые особенности физического развития. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития школьников. |                                                                         |                                                                       |
|                                                                        | В том числе практических занятий и лабораторных работ                                                                                                                                                                                                             | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                        | Практическое занятие 1. Оценка физического развития. Антропометрия. Определение типа телосложения.                                                                                                                                                                | 2                                                                       |                                                                       |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------|
|                                                                                                    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                | <b>2</b>    |                         |
|                                                                                                    | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                   | 2           |                         |
| <b>Тема 3.<br/>Регуляторные<br/>системы организма</b>                                              | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>12/6</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|                                                                                                    | 1. Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма и их значении для жизнедеятельности организма. Анатомия и физиология нервной системы. Общий план строения и функции нервной системы (микро- и макроуровень). Понятие о соматической и вегетативной нервной системе. | 6           |                         |
|                                                                                                    | 2. Функциональное значение и особенности созревания отделов ЦНС.                                                                                                                                                                                                              |             |                         |
|                                                                                                    | 3. Понятие о функциональной асимметрии больших полушарий мозга.                                                                                                                                                                                                               |             |                         |
|                                                                                                    | 4. Понятие о работоспособности и утомлении, меры профилактики утомления у школьников.                                                                                                                                                                                         |             |                         |
|                                                                                                    | 5. Координационная деятельность нервной системы.                                                                                                                                                                                                                              |             |                         |
|                                                                                                    | 6. Определение рефлекса, рефлекторной дуги и рефлекторного кольца и их возрастные особенности.                                                                                                                                                                                |             |                         |
|                                                                                                    | 7. Анатомия и физиология эндокринной системы. Значение эндокринных желез, свойства и физиологические эффекты гормонов. Влияние гормонов на рост организма, его физическое и психическое развитие.                                                                             |             |                         |
|                                                                                                    | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                  | <b>6</b>    |                         |
|                                                                                                    | <b>Практическое занятие 28.</b> «Определение работоспособности у детей школьного возраста и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»                                                                                                        | 4           |                         |
| <b>Практическое занятие 2.</b> Анализ рефлекторной дуги. Коленный рефлекс. Глазосердечный рефлекс. | 2                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                         |
| <b>Тема 4. Сенсорные<br/>функции</b>                                                               | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>6/2</b>  | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|                                                                                                    | 1. Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Определение, структурная организация сенсорных систем (анализаторов), их классификация и значение для развивающегося организма. Основные нарушения зрения.                                                           | 6           |                         |
|                                                                                                    | 2. Зрительная сенсорная система. Общий план строения зрительной сенсорной системы, строение и функции глаза, возрастные особенности работы зрительного анализатора.                                                                                                           |             |                         |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                    |             |                         |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------|
|                                                                          | 3. Слуховая сенсорная система. Общий план строения слуховой сенсорной системы, строение и функции уха, возрастные особенности работы слухового анализатора.                        |             |                         |
|                                                                          | 4. Функциональное значение и возрастные особенности двигательного, вестибулярного, вкусового, обонятельного и кожного анализаторов.                                                |             |                         |
|                                                                          | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                       | <b>2</b>    |                         |
|                                                                          | <b>Практическое занятие 3.</b> Анализаторы. Методы определения остроты зрения                                                                                                      | 2           |                         |
|                                                                          | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                     | <b>2</b>    |                         |
|                                                                          | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                        | 2           |                         |
| <b>Тема 5. Физиология высшей нервной деятельности детей и подростков</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                  | <b>12/4</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|                                                                          | 1. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД).                                                                                    | 8           |                         |
|                                                                          | 2. Условия, механизмы и возрастные особенности выработки и торможения условных рефлексов. Значение условных рефлексов для воспитания и обучения, понятие динамического стереотипа. |             |                         |
|                                                                          | 3. Понятие о сигнальных системах мозга, этапы и условия становления речевой функции.                                                                                               |             |                         |
|                                                                          | 4. Эмоции, их коммуникативное значение. Физиологические механизмы эмоций и их развитие в постнатальном онтогенезе. Эмоции и стресс.                                                |             |                         |
|                                                                          | 5. Индивидуально-типологические особенности ребенка. Классификация и характеристика типов ВНД. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.                |             |                         |
|                                                                          | 6. Физиологические основы психических функций мозга. Физиологические механизмы восприятия, памяти, внимания, мышления, их возрастные особенности.                                  |             |                         |
|                                                                          | 7. Физиологические механизмы сна.                                                                                                                                                  |             |                         |
|                                                                          | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                       | <b>4</b>    |                         |
|                                                                          | <b>Практическое занятие 5.</b> Исследование динамики умственной работоспособности. Определение особенностей гигиены умственного труда.                                             | 4           |                         |
| <b>Тема 6. Моторные функции</b>                                          | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                  | <b>10/4</b> | ОК 01<br>ОК 02          |
|                                                                          | 1. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и                                                                                                                       | 6           |                         |

|                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |              |                         |          |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------|----------|
|                                                                                          | подростков.                                                                                                                                                                                                                                               |              | ОК 08                   |          |
|                                                                                          | 2. Строение и функции костной системы человека, ее развитие.                                                                                                                                                                                              |              |                         |          |
|                                                                                          | 3. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. Понятие о рефлекторном механизме мышечной деятельности.                                                                                                      |              |                         |          |
|                                                                                          | 4. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации учебно-воспитательного процесса.                                                                                                                     |              |                         |          |
|                                                                                          | 5. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и меры профилактики.                                                                                                                     |              |                         |          |
|                                                                                          | 6. Гигиенические требования к организации труда обучающихся.                                                                                                                                                                                              |              |                         |          |
|                                                                                          | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                              |              |                         | <b>4</b> |
|                                                                                          | <b>Практическое занятие 4.</b> «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»                                                                                                                                                    |              |                         | 2        |
|                                                                                          | <b>Практическое занятие 5.</b> «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей школьного возраста на сохранение правильной осанки»                                                                                                         |              |                         | 2        |
|                                                                                          | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                            |              |                         | 2        |
| Подготовка выступлений, докладов, презентаций                                            | 2                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                         |          |
| <b>Тема 7. Возрастные особенности висцеральных функций организма детей и подростков.</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                         | <b>18/10</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |          |
|                                                                                          | 1. Внутренняя среда организма. Понятие о внутренней среде организма, определение гомеостаза..                                                                                                                                                             | 8            |                         |          |
|                                                                                          | 2. Состав, функции и возрастные особенности крови.                                                                                                                                                                                                        |              |                         |          |
|                                                                                          | 3. Иммуитет, его виды. Возрастные изменения иммунитета.                                                                                                                                                                                                   |              |                         |          |
|                                                                                          | 4. Кровообращение. Общий план строения, функции сердечно-сосудистой системы. Возрастные особенности системы кровообращения у детей и подростков. Использование показателей деятельности ССС для комплексной диагностики функционального развития ребенка. |              |                         |          |
|                                                                                          | 5. Дыхание. Общий план строения и функции дыхательной системы. Возрастные особенности системы дыхания у детей и подростков. Жизненная емкость легких.                                                                                                     |              |                         |          |

|                                         |                                                                                                                                                                                      |           |  |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|                                         | 6. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении. Микроклимат.                                                                                                                  |           |  |
|                                         | 7. Общий план строения и функции пищеварительной системы. Возрастные особенности органов пищеварения у детей и подростков.                                                           |           |  |
|                                         | 8. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Понятие об обмене веществ и энергии, его этапы. Обмен и значение питательных веществ. Энергетический обмен у детей и подростков. |           |  |
|                                         | 9. Возрастные особенности органов выделения. Общий план строения и функции мочевыделительной системы, возрастные особенности.                                                        |           |  |
|                                         | 10. Строение, функции, возрастные особенности и гигиена кожи. Требования к одежде и обуви детей и подростков.                                                                        |           |  |
|                                         | 11. Репродуктивная система организма. Общий план строения и функции репродуктивной системы                                                                                           |           |  |
|                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                         | <b>10</b> |  |
|                                         | <b>Практическое занятие 6.</b> Определения показателей сердечно-сосудистой системы. Пульсометрия. Определение кровяного давления;                                                    | 2         |  |
|                                         | <b>Практическое занятие 7.</b> Оценка функциональных резервов сердечно-сосудистой системы                                                                                            | 2         |  |
|                                         | <b>Практическое занятие 8.</b> Определения показателей дыхательной системы. Спирометрия;                                                                                             | 2         |  |
|                                         | <b>Практическое занятие 9.</b> Определение основного обмена расчетным методом.                                                                                                       | 2         |  |
|                                         | <b>Практическое занятие 10.</b> Определение требований к микроклимату учебного помещения.                                                                                            | 2         |  |
| <b>Промежуточная аттестация экзамен</b> |                                                                                                                                                                                      | <b>10</b> |  |
| <b>Всего:</b>                           |                                                                                                                                                                                      | <b>88</b> |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Физиологии, анатомии и гигиены»

#### 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. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма/ М.Р. Сапин. – Москва: Академия, 2021. – 384 с.
2. Соловьева В.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / А.В. Соловьева. – Москва: Академия, 2017.

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232> (дата обращения: 22.06.2022).
2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07846-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491899> (дата обращения: 22.06.2022).
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494793> (дата обращения: 22.06.2022).
4. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 287 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15569-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/508832> (дата обращения: 22.06.2022).
5. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45831-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

<https://e.lanbook.com/book/319376> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сониной Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2009, 1СД-ROM.
2. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
3. Анатомия. Курс лекций: Федеральный портал «Российское образование» (Режим доступа): URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm> (дата обращения: 21.06.2018).
4. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2008, 1СД-ROM.
5. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
6. Внутренняя среда организма. – URL: <http://www.fiziolog.isu.ru/page KSYS.htm>.
7. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие Единое окно доступа к информационным ресурсам (Режим доступа): URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=40358](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358)
8. Информационный сайт - справочник по биологии и физиологии.–URL: <http://sbio.info/index.php>.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i>Методы оценки</i>                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ общие закономерности роста и развития организма детей и подростков;</li> <li>~ физиологию ЦНС и ВНД детей и подростков;</li> <li>~ рефлексорный характер речевой функции;</li> <li>~ методы определения физического развития и физической работоспособности детей;</li> <li>~ методы изучения умственной работоспособности детей;</li> <li>~ динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;</li> <li>~ возрастные особенности функционирования висцеральных систем;</li> <li>~ биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ характеризует основные закономерности роста и развития организма детей и подростков;</li> <li>~ характеризует методы возрастной анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога;</li> <li>~ описывает строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>~ объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>~ дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей и подростков;</li> <li>~ определяет типологические особенности ВНД детей;</li> <li>~ описывает влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ устный опрос по темам,</li> <li>~ проверочные;</li> <li>~ анализ и оценка решения тестовых заданий;</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <p>принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза; методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды; гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>работоспособность, поведение; характеризует принципы гигиены систем органов; анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; дает описание гигиенических требований к учебно-воспитательному процессу</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |
| <p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <p>использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</p> <p>определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</p> <p>давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</p> <p>определять физическую и умственную работоспособность;</p> <p>проводить диагностику наступающего утомления;</p> <p>проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</p> | <p>использует приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</p> <p>определяет критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</p> <p>проводит гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</p> <p>определяет физическую и умственную работоспособность;</p> <p>осуществляет диагностику наступающего утомления;</p> <p>определяет содержание мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</p> | <p>оценка результатов выполнения практической работы</p> |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.06 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**  
**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## ОП.06 Гигиенические основы физической культуры и спорта

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.06 Гигиенические основы физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 07, ОК 08, ОК 09.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК, ЛР                                                                                                                                                                          | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 07,<br>ОК 08,<br>ОК 09<br>ПК 1.2.; ПК 1.3;<br>ПК 1.5; ПК 1.6;<br>ПК 2.1.; ПК 2.4.;<br>ВД 3 (1):<br>ПК 3.1. – ПК 3.5/<br>ВД 3 (2):<br>ПК 3.1. – ПК 3.5/<br>ВД 3 (3):<br>ПК 3.1. – ПК 3.6 | соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); | правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                 | Объем в часах |
|----------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 40            |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 6             |
| в т. ч.:                                           |               |
| теоретическое обучение                             | 6             |
| практические занятия                               |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                      | 34            |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет  |               |

## 2.2. 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. Гигиена окружающей среды и спортивных сооружений |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 8/2                                                                     |                                                                       |
| Тема 1.1. Гигиена окружающей среды                         | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2                                                                       | ОК 07;<br>ЛР 10                                                       |
|                                                            | 1.Эколого-гигиенические свойства воздуха<br>Физические свойства воздуха. Учет метеорологических факторов при занятиях физической культурой и спортом. Химическое, пылевое и микробное загрязнение воздуха.                                                                                                                                                                                      | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                            | 2.Эколого-гигиенические свойства гидросферы<br>Значение воды. Источники водоснабжения. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения. Системы водоснабжения. Способы улучшения качества питьевой воды.                                                                                                                                                                                  |                                                                         |                                                                       |
|                                                            | 3.Эколого-гигиенические свойства почвы<br>Почва и почвенные отходы. Почвенные инфекции. Самоочищение почвы. Гигиеническое обоснование выбора почв для спортивных сооружений.                                                                                                                                                                                                                    |                                                                         |                                                                       |
|                                                            | Самостоятельная работа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                            | Подготовка сообщений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2                                                                       |                                                                       |
| Тема 1.2. Гигиена спортивных сооружений                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 8/4                                                                     | ОК 07,<br>ОК 08,<br>ОК 09<br>ПК 1.3.; ПК 1.5;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5      |
|                                                            | 1.Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий<br>Спортивные сооружение, их виды. Основные и вспомогательные помещения. Выбор участка. Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям. Гигиенические значения вентиляции и отоплению спортивных сооружений. Санитарно-гигиенические требования к плавательному бассейну закрытого типа. | 4                                                                       |                                                                       |
|                                                            | 2.Освещение и цветовое оформление спортивных объектов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                         |                                                                       |
|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                         |                                                                       |

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |             |                                                                   |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------|
|                                                  | Гигиеническая оценка освещения спортивных объектов. Естественное и искусственное освещение. Цветовое оформление спортивных сооружений.                                                                                                |             |                                                                   |
|                                                  | <b>3.Гигиенические требования к зданию и помещениям школы</b>                                                                                                                                                                         |             |                                                                   |
|                                                  | Виды спортивных сооружений школ. Требования к воздушно-тепловому режиму спортивных сооружений школ. Требования к естественному и искусственному освещению спортивных сооружений школ.                                                 |             |                                                                   |
|                                                  | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                               | <b>4</b>    |                                                                   |
|                                                  | <b>Практическое занятие 1.</b> Расчет нормативных размеров площади спортивных залов и бассейнов.                                                                                                                                      | 2           |                                                                   |
|                                                  | <b>Практическое занятие 2.</b> Расчет размеров вспомогательных помещений спортивного зала.                                                                                                                                            | 2           |                                                                   |
| <b>Раздел 2. Закаливание и личная гигиена</b>    |                                                                                                                                                                                                                                       | <b>10/4</b> |                                                                   |
| <b>Тема 2.1.</b> Принципы и средства закаливания | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>4/2</b>  | ОК 08,<br>ПК 1.3.;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5                             |
|                                                  | <b>1.Гигиенические основы закаливания</b>                                                                                                                                                                                             | 2           |                                                                   |
|                                                  | Закаливание. Общие правила закаливания. Физиологические принципы закаливания. Физическая и химическая терморегуляция.                                                                                                                 |             |                                                                   |
|                                                  | <b>2.Закаливание воздухом, водой, солнцем</b>                                                                                                                                                                                         | 2           |                                                                   |
|                                                  | Разнообразие средств закаливания. Воздушные и солнечные ванны. Обтирание, обливание, купание, душ.                                                                                                                                    |             |                                                                   |
|                                                  | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                               | <b>2</b>    |                                                                   |
|                                                  | <b>Практическое занятие 3.</b> Разработка плана комплексного проведения закаливающих процедур.                                                                                                                                        | 2           |                                                                   |
|                                                  | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>2</b>    |                                                                   |
|                                                  | Подготовка сообщений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                                             | 2           |                                                                   |
| <b>Тема 2.2.</b> Основы личной гигиены           | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>8/4</b>  |                                                                   |
|                                                  | <b>1.Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом</b>                                                                                                                                                         | 4           | ОК 08,<br>ПК 1.2.; ПК 1.3.;<br>ПК 1.5;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5<br>ЛР 9 |
|                                                  | Понятие о личной гигиене. Гигиена лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Режим труда и отдыха, гигиена сна. Требования к современной спортивной одежде и обуви. Основные гигиенические свойства спортивной одежды и обуви. |             |                                                                   |
|                                                  | <b>2.Физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании</b>                                                                                                                                                  |             |                                                                   |

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                 | Общая характеристика вредных привычек. Курение алкоголизм, наркомания, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.                                                                                                                                                                                                                                               |             |                                                                    |
|                                                                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>4</b>    |                                                                    |
|                                                                                                                                 | <b>Практическое занятие 4.</b> Составление плана мероприятий по профилактике вредных привычек.                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4           |                                                                    |
| <b>Раздел 3. Гигиенические основы при занятиях физической культурой</b>                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>4/-</b>  |                                                                    |
| <b>Тема 3.1.</b> Гигиена детей и подростков                                                                                     | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>    | ОК 08,<br>ПК 1.2.; ПК 1.3.;<br>ПК 1.5;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5          |
|                                                                                                                                 | <b>1.Основы гигиены детей и подростков. Понятие медицинской группы.</b><br>Гигиена детей и подростков, как отрасль гигиенической науки. Факторы, формирующие здоровье. Группы здоровья детей и подростков.                                                                                                                                                                  | 2           |                                                                    |
|                                                                                                                                 | <b>2.Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</b><br>Возрастные периоды. Факторы риска для здоровья для различных возрастных периодов. Меры сохранения здоровья для различных возрастных периодов. Меры укрепления здоровья для различных возрастных периодов.                                             |             |                                                                    |
| <b>Тема 3.2.</b> Гигиеническая характеристика основных форм занятий физической культурой и спортом детей, подростков и молодежи | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>    | ОК 08,<br>ПК 1.2.; ПК 1.3.;<br>ПК 1.5;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5          |
|                                                                                                                                 | <b>1.Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу.</b><br>Формы занятия физической культурой детей, подростков и молодежи. Требования к занятиям физической культурой и спортом. Особенности учебно-воспитательного процесса при занятиях физической культурой. Правила обеспечения безопасности. Требования к различным группам здоровья детей и подростков. | 2           |                                                                    |
|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                                                                    |
| <b>Раздел 4. Гигиенические основы спортивной тренировки и питания</b>                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>10/6</b> |                                                                    |
| <b>Тема 4.1.</b> Гигиенические основы учебно-тренировочного процесса                                                            | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>10</b>   | ОК 08,<br>ОК 09<br>ПК 1.2.; ПК 1.3.;<br>ПК 1.5;<br>ПК 3.2.; ПК 3.5 |
|                                                                                                                                 | <b>1.Условия учебно-тренировочного процесса взрослого и юного спортсмена</b><br>Особенности учебно-тренировочного процесса и режим. Гигиенические требования к подготовке женщин-спортсменок. Учебно-тренировочный процесс юных спортсменов. Понятие о гигиене питания.                                                                                                     | 2           |                                                                    |
|                                                                                                                                 | <b>2.Система обеспечения безопасности и профилактики травматизма на физкультурно-спортивных занятиях и спортивных соревнованиях</b> Инструкции по технике безопасности. Обязанности деятельности педагога по профилактике травматизма. Обязанности медицинского персонала организации. Меры профилактики травматизма на спортивных соревнованиях.                           | 2           |                                                                    |
|                                                                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>6</b>    |                                                                    |
|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                                                                    |

|                                                          |                                                                                                 |              |  |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--|
|                                                          | <b>Практическое занятие 5.</b> Составление плана восстановительных мероприятий для спортсменов. | 2            |  |
|                                                          | <b>Практическое занятие 6.</b> Составление дневника «Самоконтроля».                             | 2            |  |
|                                                          | <b>Практическое занятие 7.</b> Составление меню спортсмена.                                     | 2            |  |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b> |                                                                                                 |              |  |
| <b>Всего:</b>                                            |                                                                                                 | <b>40/16</b> |  |

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

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

Кабинет «Анатомии, физиологии и гигиены

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

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, 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. Гигиена и экология человека : учебник / М.В. Ашина, Т.В. Бадеева, Елена Сергеевна. Богомолова [и др.] ; под ред. Н.А. Матвеевой. — Москва: КноРус, 2022. — 332 с.
2. Карелин, А. О. Гигиена : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 472 с.
3. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 187 с.
4. Пивоваров, Ю.П. Гигиена и основы экологии человека: учебник для СПО /Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик, Л.Г. Подукова.- 7-е изд., стер.- М.: «Академия», 2019.- 400с.
5. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 206 с.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Гигиена и экология человека : учебник / М.В. Ашина, Т.В. Бадеева, Елена Сергеевна. Богомолова [и др.] ; под ред. Н.А. Матвеевой. — Москва : КноРус, 2022. — 332 с. — ISBN 978-5-406-09607-9. — URL:<https://book.ru/book/943218> (дата обращения: 24.02.2022). — Текст : электронный.
2. Карелин, А. О. Гигиена: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 472 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14973-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/486224>
3. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 187 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12965-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/487538>

4. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный

5. Дьякова, Н. А. Гигиена и экология человека / Н. А. Дьякова, С. П. Гапонов, А. И. Сливкин. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 300 с. — ISBN 978-5-507-45893-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/291176> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Калуп, С. С. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа. Массаж : учебное пособие для спо / С. С. Калуп. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-9320-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/189469> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Богомолова, М. М. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 126 с. — Текст : электронный

2. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / под редакцией В.А. Маргазина, О.Н.Семеновой, Е.Е. Ачкасова. — 2-е изд., доп. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 255 с.

## 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>                                            |                                                                                                                                      |                                                            |
| - правила экологической безопасности при организации и осуществлении профессиональной деятельности; | - перечисление и объяснение правил экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;                             | Устный опрос, проверочные работы, тестирование, диф. зачёт |
| - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности;                                | - перечисление и характеристика основных ресурсов, задействованных в профессиональной деятельности;                                  |                                                            |
| - н о р м а т и в н у ю документацию;                                                               | - перечисление и характеристика нормативной документации, регламентирующей гигиенические требования к профессиональной деятельности; |                                                            |

|                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| - гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; | - перечисление и объяснение гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;<br>- описание возрастной периодизации, особенностей детей и подростков<br>- определение особенностей двигательной активности человека, особенности её нормирования и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения; |  |
| - понятие медицинской группы;                                                                                | - определение понятия «медицинская группа»;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| - вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;                       | - перечисление средств восстановления работоспособности;<br>- характеристика гигиенических средств восстановления и повышения работоспособности;                                                                                                                                                                                                                                  |  |
| - основы профилактики предотвращения травматизма;                                                            | - перечисление способов предотвращения травматизма;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
| - основы гигиены питания детей, подростков и молодежи;                                                       | - определение гигиенических требования к питанию и пище для различных возрастных групп, занимающихся: энергетическая ценность, энерготраты;<br>- определение особенностей питания в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенностей питания спортсменов разной специализации на отдельных этапах тренировки;                                                     |  |
| - гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;                     | - перечисление гигиенических требований к спортивным сооружениям: спортивным залам, открытым водоемам, искусственным бассейнам, стадионам и спортивным комплексам и др.                                                                                                                                                                                                           |  |
| - гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;      | - характеристика основных форм и особенностей занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |

|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                        |                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| - основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;                                                                                                               | - определение особенностей личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;                                                                                                              |                                                                            |
| - гигиенические основы закаливания;                                                                                                                                                   | - описание гигиенических основ закаливания;                                                                                                                                                            |                                                                            |
| - физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.                                                                                                        | - характеристика физиолого-гигиенических и социальных аспектов курения, нарко- и токсикомании                                                                                                          |                                                                            |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                        |                                                                            |
| - использовать нормативную документацию в профессиональной деятельности;                                                                                                              | - использование нормативных документов при решении задач профессиональной деятельности;                                                                                                                | Оценка результатов выполнения практических, лабораторных работ, диф. зачёт |
| - использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); | - использование знаний гигиены при решении задач профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); |                                                                            |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.07 ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ**  
для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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 ОП.07 ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.07 Основы педагогики является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК                | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01,<br>ОК 02,<br>ОК 09 | распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; находить и использовать методическую литературу, ресурсы сетевой (цифровой) образовательной среды, необходимые для организации для организации физического воспитания; систематизировать полученные знания в ходе изучения передового педагогического опыта в организации обучения обучающихся; | актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; способы систематизации и оценки педагогического опыта с позиции эффективности его применения в процессе физического воспитания; способы анализа и оценки эффективности образовательных технологий в процессе физического воспитания; критерии эффективности применения педагогического опыта и образовательных технологий в физическом воспитании |

|  |                                                                                                                         |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | применять и оценивать<br>эффективность образовательных<br>технологий, используемых в процессе<br>физического воспитания |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                         | Объем в часах |
|--------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы дисциплины | 90            |
| в т.ч.                                     |               |
| теоретическое обучение                     | 16            |
| практические занятия                       |               |
| Самостоятельная работа                     | 69            |
| Промежуточная аттестация (экзамен)         | 5             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                                                     | Содержание и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                     | Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч. | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Раздел 1. Общие основы педагогики                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                             | 36/18                                                                   |                                                                       |
| Тема 1.1 Педагогика как наука                                                                                                   | Содержание                                                                                                                                                                                                                  | 10/6                                                                    | ОК 01, ОК 02, ОК 09                                                   |
|                                                                                                                                 | 1. Объект, предмет, задачи, методы педагогики как науки                                                                                                                                                                     | 4                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 2. Структура педагогики                                                                                                                                                                                                     |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 3. Место педагогики в системе гуманитарных и естественных наук                                                                                                                                                              |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 4. Источники педагогики                                                                                                                                                                                                     |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 5. Этапы возникновения и развития педагогики                                                                                                                                                                                |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | В том числе практические занятия и лабораторные работы                                                                                                                                                                      | 6                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                 | Практическое занятие 1-2 Составление тезауруса категорий педагогики. Анализ учебных материалов о роли педагогического знания в жизни человека                                                                               | 2                                                                       |                                                                       |
| Тема 1.2 Основные понятия педагогики                                                                                            | Практическое занятие 3-4. Анализ учебных материалов и разработка логических схем «Система педагогических наук», «Связь педагогики с другими науками». Составление таблицы этапов развития педагогики, формулировка выводов. | 4                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                 | Содержание                                                                                                                                                                                                                  | 2/-                                                                     | ОК 01, ОК 02, ОК 09                                                   |
| Тема 1.3 Педагог как субъект образовательного процесса                                                                          | Категории педагогики: образование, воспитание, обучение, педагогический процесс, педагогическое взаимодействие, педагогическая система, развитие, формирование, педагогическая технология                                   | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                 | Содержание                                                                                                                                                                                                                  | 12/6                                                                    | ОК 01, ОК 02, ОК 09                                                   |
|                                                                                                                                 | 1. Возникновение и развитие педагогической профессии.                                                                                                                                                                       | 6                                                                       |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 2. Профессионально-личностные качества и способности педагога.                                                                                                                                                              |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 3. Роль самообразования и самовоспитания в становлении педагога - профессионала.                                                                                                                                            |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                                                                 | 4. Характеристика педагогической деятельности.                                                                                                                                                                              |                                                                         |                                                                       |
| 5. Профессиональные стандарты, определяющие требования к профессиональной деятельности педагога в области физической культуры и |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                         |                                                                       |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |                     |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------|
|                                                               | спорта: характеристика основных положений.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |                     |
|                                                               | 6. Аттестация и повышение квалификации педагогических работников.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |                     |
|                                                               | <b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>6</b>   |                     |
|                                                               | <b>Практическое занятие 5.</b> Анализ Профессиональных стандартов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2          |                     |
|                                                               | <b>Практическое занятие 6.</b> Определение уровня развития собственных профессионально-личностных качеств и педагогических способностей.<br>Разработка рекомендаций собственного профессионального роста.                                                                                                                                                                                                                                           | 2          |                     |
|                                                               | <b>Практическое занятие 7-8.</b> Ознакомление с сайтами образовательных организаций, образовательными платформами по дополнительному профессиональному образованию педагогов.                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2          |                     |
| <b>Тема 1.4 Ребенок как субъект образовательного процесса</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>6/2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                               | 1. Понятия: личность, индивид, развитие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4          |                     |
|                                                               | 2. Роль наследственности и среды в развитии личности ребенка.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |            |                     |
|                                                               | 3. Общение и деятельность как факторы развития личности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |                     |
|                                                               | 4. Роль воспитания и обучения в развитии личности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |                     |
|                                                               | 5. Педагогическая возрастная периодизация.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |                     |
|                                                               | 6. Дифференцированный и индивидуальный подход в образовательном процессе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |                     |
|                                                               | 7. Инклюзивное образование: понятие, задачи, принципы и формы инклюзии в образовательной организации. Современные проблемы внедрения инклюзивного образования и пути их решения.                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |                     |
|                                                               | 8. Обзор технологий инклюзивного образования (А.Г. Ривина, И.Унт, А.С. Границкой, В.Д. Шадрикова и др.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |                     |
|                                                               | <b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2          |                     |
|                                                               | <b>Практическое занятие 9-10.</b> Применение знаний о роли факторов в развитии личности ребенка, возрастной периодизации в практических ситуациях.<br>Анализ методов и условий построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей ребенка. Решение педагогических задач на определение цели и вариантов дифференцированного подхода в образовании, в том числе в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья. | 2          |                     |
|                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1          |                     |
| Подготовка выступлений, докладов, рефератов                   | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |                     |
| <b>Тема 1.5 Педагогическое</b>                                | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>4/2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                               | 1. Понятие педагогического исследования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2          |                     |

|                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                    |      |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------|
| исследование                                                                                                                                                                                                             | 2. Этапы педагогического исследования                                                                                                                                                              |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 3. Методы педагогического исследования                                                                                                                                                             |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | В том числе практические занятия и лабораторные работы                                                                                                                                             | 2    |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | Практическое занятие 11. Выбор методов исследования в соответствии с параметрами методологического аппарата. Подбор отдельных методов педагогического исследования на основе практических ситуаций | 2    |                     |
| Тема 1.6 Целостный педагогический процесс                                                                                                                                                                                | Содержание                                                                                                                                                                                         | 4/2  | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                                                                                                                                                          | 1. Сущность целостного педагогического процесса                                                                                                                                                    | 2    |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 2. Закономерности целостного педагогического процесса                                                                                                                                              |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 3. Принципы построения целостного педагогического процесса                                                                                                                                         |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 4. Структура педагогического процесса                                                                                                                                                              |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 5. Этапы педагогического процесса                                                                                                                                                                  |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | В том числе практические занятия и лабораторные работы                                                                                                                                             | 2    |                     |
| Практическое занятие 12-13. Анализ проявления закономерностей педагогического процесса на основе практических ситуаций. Анализ практических ситуаций педагогического процесса в разных видах образовательных организаций | 2                                                                                                                                                                                                  |      |                     |
| Тема 1.7 Образовательная среда                                                                                                                                                                                           | Содержание                                                                                                                                                                                         | 4/2  | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                                                                                                                                                          | 1. Сущность образовательной среды                                                                                                                                                                  | 2    |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 2. Функции образовательной среды                                                                                                                                                                   |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 3. Компоненты образовательной среды                                                                                                                                                                |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | В том числе практические занятия и лабораторные работы                                                                                                                                             | 2    |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | Практическое занятие 14. Анализ развивающей предметно-пространственной среды образовательной организации на примере конкретной образовательной организации.                                        | 2    |                     |
| Раздел 2. Дидактика (Теория обучения)                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    | 12/6 | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
| Тема 2.1 Теоретические основы обучения                                                                                                                                                                                   | Содержание                                                                                                                                                                                         | 2/-  |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 1. Сущность дидактики как науки об обучении                                                                                                                                                        | 2    |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 2. Закономерности обучения                                                                                                                                                                         |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 3. Принципы обучения                                                                                                                                                                               |      |                     |
|                                                                                                                                                                                                                          | 4. Современные дидактические концепции                                                                                                                                                             |      |                     |
| Тема 2.2. Содержание и организация                                                                                                                                                                                       | Содержание                                                                                                                                                                                         | 10/6 | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                                                                                                                                                          | 1. Цели обучения                                                                                                                                                                                   | 4    |                     |

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                              |             |                        |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------|
| обучения                                                                    | 2. Содержание обучения                                                                                                                                                                                       |             |                        |
|                                                                             | 3. Средства обучения                                                                                                                                                                                         |             |                        |
|                                                                             | 4. Методы обучения                                                                                                                                                                                           |             |                        |
|                                                                             | 5. Формы обучения                                                                                                                                                                                            |             |                        |
|                                                                             | 6. Понятие контроля процесса обучения                                                                                                                                                                        |             |                        |
|                                                                             | 7. Виды контроля обучения и формы его организации                                                                                                                                                            |             |                        |
|                                                                             | 8. Способы оценки учебных достижений обучающихся как показателя качества обучения                                                                                                                            |             |                        |
|                                                                             | <b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>                                                                                                                                                | <b>6</b>    |                        |
|                                                                             | <b>Практическое занятие 15.</b> Анализ таксономии Б. Блума. Постановка целей и задач обучения по заданной теме и содержанию обучения в соответствии с теорией образовательного целеполагания А.В. Хуторского | 2           |                        |
|                                                                             | <b>Практическое занятие 16.</b> Анализ ФГОС ОО, учебного плана, программы, учебника, учебно-методических пособий                                                                                             | 2           |                        |
|                                                                             | <b>Практическое занятие 17-18.</b> Реализация обучения в практике педагога через решение педагогических задач. Использование форм и методов обучения в практике педагога в практических ситуациях            | 2           |                        |
|                                                                             | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                               | <b>1</b>    |                        |
|                                                                             | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                                                  | 1           |                        |
|                                                                             | <b>Раздел 3. Теория воспитания</b>                                                                                                                                                                           | <b>12/8</b> |                        |
| <b>Тема 3.1</b><br><b>Теоретические основы воспитания</b>                   | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                            | <b>2/-</b>  | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                                             | 1. Сущность процесса воспитания                                                                                                                                                                              | 2           |                        |
|                                                                             | 2. Закономерности воспитания                                                                                                                                                                                 |             |                        |
|                                                                             | 3. Принципы воспитания                                                                                                                                                                                       |             |                        |
|                                                                             | 4. Структура процесса воспитания                                                                                                                                                                             |             |                        |
| <b>Тема 3.2</b> <b>Содержание и организация воспитания</b>                  | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                            | <b>10/8</b> | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                                             | 1. Цель и задачи воспитания                                                                                                                                                                                  | 2           |                        |
|                                                                             | 2. Содержание воспитания                                                                                                                                                                                     |             |                        |
|                                                                             | 3. Средства воспитания.                                                                                                                                                                                      |             |                        |
|                                                                             | 4. Методы воспитания                                                                                                                                                                                         |             |                        |
|                                                                             | 5. Формы организации воспитания                                                                                                                                                                              |             |                        |
|                                                                             | 6. Оценка уровня воспитанности детей                                                                                                                                                                         |             |                        |
|                                                                             | <b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>                                                                                                                                                | <b>8</b>    |                        |
| <b>Практическое занятие 19.</b> Реализация содержания воспитания в практике | 2                                                                                                                                                                                                            |             |                        |

|                                                                                                           |                                                                                                                                                                                   |             |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|
|                                                                                                           | педагога через решение педагогических задач.                                                                                                                                      |             |                     |
|                                                                                                           | <b>Практическое занятие 20.</b> Использование средств и методов воспитания через решение педагогических задач                                                                     | 2           |                     |
|                                                                                                           | <b>Практическое занятие 21.</b> Использование форм организации воспитания через решение педагогических задач                                                                      | 2           |                     |
|                                                                                                           | <b>Практическое занятие 22.</b> Анализ педагогических ситуаций, подбор способов оценки воспитанности детей и разработка рекомендаций по воспитанию                                | 2           |                     |
| <b>Раздел 4. Управление образовательными системами</b>                                                    |                                                                                                                                                                                   | <b>12/4</b> |                     |
| <b>Тема 4.1 Система образования в РФ. Непрерывность образования как принцип государственной политики.</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                 | <b>8/4</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                                           | 1. Структура системы образования в РФ                                                                                                                                             | 4           |                     |
|                                                                                                           | 2. Принципы государственной политики в области образования в РФ                                                                                                                   |             |                     |
|                                                                                                           | 3. Непрерывное образование как принцип государственной политики                                                                                                                   |             |                     |
|                                                                                                           | 4. Права, обязанности и академические свободы педагогических работников в сфере профессиональной деятельности, гарантии их реализации. Ответственность педагогических работников. |             |                     |
|                                                                                                           | 5. Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации. Вариативное образование в РФ                                                                   |             |                     |
|                                                                                                           | 6. Реализация приоритетных направлений на уровне региона: региональные программы и проекты.                                                                                       |             |                     |
|                                                                                                           | <b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>                                                                                                                     | 2           |                     |
|                                                                                                           | <b>Практическое занятие 23</b> Анализ положений ФЗ N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.                                                                | 2           |                     |
|                                                                                                           | <b>Практическое занятие 24.</b> Анализ одной из программ или проектов в области образования, относящихся к приоритетным направлениям развития образования.                        | 2           |                     |
| <b>Тема 4.2. Образовательная организация как педагогическая система и объект управления</b>               | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                 | <b>4</b>    | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                                           | 1. Факторы и условия функционирования образовательной организации как педагогической системы                                                                                      | 4           |                     |
|                                                                                                           | 2. Структурные и функциональные компоненты управления образовательной организацией                                                                                                |             |                     |
|                                                                                                           | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                    | <b>2</b>    |                     |
|                                                                                                           | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                       | 2           |                     |
| <b>Промежуточная аттестация экзамен</b>                                                                   |                                                                                                                                                                                   | <b>8</b>    |                     |
| <b>Всего</b>                                                                                              |                                                                                                                                                                                   | <b>90</b>   |                     |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Педагогики и психологии»

#### 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 и электронные издания

1. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512169>

2. Голованова, Н. Ф. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Ф. Голованова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 372 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00845-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512633>

3. Крившенко, Л. П. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Л. П. Крившенко, Л. В. Юркина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 400 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09042-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511826>

4. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Л. С. Подымова [и др.] ; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 246 с.

5. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Л. С. Подымова [и др.] ; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00417-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511577>

6. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / П. И. Пидкасистый [и др.] ; под редакцией П. И. Пидкасистого. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 408 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00932-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512149>

7. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Рослякова, Т. Г. Пташко, Н. А. Соколова ; под научной редакцией Р. С. Димухаметова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 219 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09130-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513472>
8. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 2 : учебник для среднего профессионального образования / И. П. Подласый. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 386 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10249-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517640>
9. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 2. Практическая педагогика в 2 книгах. Книга 2 : учебник для среднего профессионального образования / И. П. Подласый. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 318 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10253-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517642>
10. Подласый, И. П. Педагогика : учебник для среднего профессионального образования / И. П. Подласый. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 576 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10295-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517682>
11. Руденко А. Педагогика : учебник / Руденко А., М., Самыгин С., И. — Москва : КноРус, 2023. — 233 с. — ISBN 978-5-406-10789-8. — URL: <https://book.ru/book/947624>
12. Сковородкина И.З. Педагогика: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / Сковородкина, С.А. Герасимов. - М.: Издательский центр «Академия», 2019. — 640 с.
13. Черных А. Педагогика: первые шаги : учебно-методическое пособие / Черных А., В. — Москва : Русайнс, 2021. — 98 с. — ISBN 978-5-4365-7614-5. — URL: <https://book.ru/book/940566>
14. Ситников, В. Л. Психология и педагогика командообразования / В. Л. Ситников, А. В. Комарова, Т. В. Слотина. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 284 с. — ISBN 978-5-507-45716-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/282338> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.2. Дополнительные источники**

1. Голованова Н.Ф. Педагогика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н.Ф. Голованова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 377 с.
2. История педагогики и образования: учебник для среднего профессионального образования / А.И. Пискунов и др.; под общ. ред. А.И. Пискунова. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 452 с.

3. Левшунова Ж.А., Басалаева Н.В., Казакова Т.В. Инклюзивное образование: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.А. Левшунова и др. – Красноярск – Лесосибирск, 2017. – 114 с.
4. Педагогический словарь/ Под ред. В.И. Загвязинского, А.Ф. Закировой. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.
5. Подласый И.П. Педагогика: учебник для среднего профессионального образования / И.П. Подласый. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 576 с.
6. Попов В.А. История педагогики и образования: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / В.А. Попов, Э.В. Онищенко. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 368 с.
7. Сластенин В.А. Педагогика: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. – М. Издательский центр «Академия», 2013. – 496с.
8. Фурьева Т.В. Инклюзивные подходы в образовании: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т.В. Фурьева. – 2-е изд. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 176 с.
9. Хуторской А.В. Дидактика. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. / А.В. Хуторской. – СПб.: Питер, 2017. – 720 с.
10. Суртаева Н.Н. Педагогика: педагогические технологии: учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н.Н.Суртаева-2-е изд..испр. и доп.- Москва: издательство Юрайт, 2023г.-250с

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

| <i><b>Результаты обучения</b></i>                                                                                                                                                                           | <i><b>Критерии оценки</b></i>                                                                                                                                                             | <i><b>Методы оценки</b></i>                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i><b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</b></i>                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                          |
| находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития | Умение анализировать информацию;<br>Владение приемами составления планов профессионального самообразования и саморазвития;<br>Соответствие выполненного задания предъявляемым требованиям | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы;<br>Мониторинг роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся<br>Оценка ответов в устной/письменной форме;<br>Экзамен |
| ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования                                                                                                  | Владение навыком ориентирования в современных проблемах образования;<br>Соответствие выполненного задания предъявляемым требованиям                                                       |                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Проектировать цели и задачи обучения, воспитания                                                                                                                              | Формулирует цели и задачи обучения с учетом заданных условий                                                                     |                                                                                                                                                                                                                  |
| Определять педагогические возможности различных методов, приемов, форм организации обучения, воспитания                                                                       | Выделяет педагогические возможности различных методов, приемов, форм организации обучения и воспитания с учетом заданных условий |                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                  |
| взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития                                                                                                            | Знание взаимосвязей педагогической науки и практики                                                                              | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы; Мониторинг роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; Оценка ответов в устной/письменной форме; Экзамен |
| значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности                                                                                                      | Знание значения и логики целеполагания в обучении                                                                                |                                                                                                                                                                                                                  |
| принципы обучения и воспитания                                                                                                                                                | Знание принципов обучения и воспитания                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                  |
| особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов образовательных организаций на различных уровнях образования                            | Знание особенностей организации педагогического процесса в условиях разных типов образовательных организаций                     |                                                                                                                                                                                                                  |
| формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения                                                                            | Знание форм, методов и средств обучения и воспитания                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания | Знание основ развития мотивации;<br>Знание основ развивающего обучения                                                           |                                                                                                                                                                                                                  |
| педагогические условия предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации                                                                                          | Знание педагогических условий школьной дезадаптации                                                                              |                                                                                                                                                                                                                  |
| понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом,                                                                                                            | Знание норм, отклонений, нарушений в соматическом, психическом, речевом,                                                         |                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику;                   | интеллектуальном развитии ребенка                                                                                                                                                                |  |
| особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением   | Знание особенностей работы с одаренными детьми;<br>Знание особенностей работы с детьми с особыми образовательными потребностями;<br>Знание особенностей работы с детьми с девиантным поведением; |  |
| приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения               | Знание приемов привлечения учащихся к целеполаганию                                                                                                                                              |  |
| средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога | Знание средств контроля и оценки                                                                                                                                                                 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.08 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ  
для специальности  
49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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 ОП.08 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.08 Основы психологии является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК           | Умения                                                                                                                                                                            | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 09 | применять знания психологии при решении педагогических задач;<br>выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности. | предмет, задачи и методы психологии;<br>развитие психологии как науки;<br>психика и ее развитие;<br>сознание и самосознание;<br>деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности;<br>познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение;<br>эмоционально-волевые процессы;<br>индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности<br>человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность;<br>структура личности; формирование личности. |

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

| <b>Вид учебной работы</b>                          | <b>Объем в часах</b> |
|----------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Объем образовательной программы дисциплины</b>  | 90                   |
| в т.ч. :                                           |                      |
| теоретическое обучение                             | 17                   |
| практические занятия                               |                      |
| <b>Самостоятельная работа</b>                      | 68                   |
| <b>Промежуточная аттестация ( зачет с оценкой)</b> | 5                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                  | Содержание и формы организации деятельности обучающихся                                                     | Объем, акад. ч.<br>/ в том числе в<br>форме<br>практической<br>подготовки,<br>акад. ч. | Коды компетенций,<br>формированию которых<br>способствует элемент<br>программы |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Введение в психологию</b>       |                                                                                                             | <b>8</b>                                                                               |                                                                                |
| <b>Тема 1.1. Предмет и задачи психологии</b> | <b>Содержание</b>                                                                                           |                                                                                        | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09                                                         |
|                                              | 1. Предмет и задачи психологии как науки. Структура психологии. Отрасли психологии.                         | 1                                                                                      |                                                                                |
|                                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                |                                                                                        |                                                                                |
|                                              | <b>Практическое занятие</b> Отрасли психологии.                                                             | 1                                                                                      |                                                                                |
| <b>Тема 1.2. Методы изучения психики</b>     | <b>Содержание</b>                                                                                           |                                                                                        | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09                                                         |
|                                              | 1. Методы исследования в психологии. Классификация Б.Г. Ананьева.                                           | 1                                                                                      |                                                                                |
|                                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                |                                                                                        |                                                                                |
|                                              | <b>Практическое занятие</b> Методы исследования в психологии                                                | 1                                                                                      |                                                                                |
| <b>Тема 1.3. Психика и ее развитие</b>       | <b>Содержание</b>                                                                                           |                                                                                        | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09                                                         |
|                                              | 1. Понятие о психике. Физиологические механизмы психической деятельности                                    | 1                                                                                      |                                                                                |
| <b>Тема 1.4. Сознание человека</b>           | <b>Содержание</b>                                                                                           |                                                                                        | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09                                                         |
|                                              | 1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Сознание, бессознательное, самосознание. | 1                                                                                      |                                                                                |

|                                                      |                                                                                                             |   |                        |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------|
| <b>Тема 1.5.<br/>Деятельность</b>                    | <b>Содержание</b>                                                                                           |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                      | Основные понятия психологической теории деятельности. Структура деятельности.                               | 2 |                        |
|                                                      | Соотношение внешней и внутренней деятельности.                                                              |   |                        |
| <b>Раздел 2. Познавательные психические процессы</b> |                                                                                                             |   |                        |
| <b>Тема 2.1.<br/>Ощущения</b>                        | <b>Содержание</b>                                                                                           |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                      | 1. Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений | 2 |                        |
|                                                      | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                |   |                        |
|                                                      | <b>Практическое занятие</b> Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений     | 2 |                        |
|                                                      | <b>Практическое занятие</b> Решение психологических задач по теме «Ощущения»                                | 2 |                        |
| <b>Тема 2.2.<br/>Восприятие</b>                      | <b>Содержание</b>                                                                                           |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                      | 1. Понятие о восприятии, свойства, виды восприятия                                                          | 1 |                        |
|                                                      | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                |   |                        |
|                                                      | <b>Практическое занятие</b> Иллюзии зрительного восприятия                                                  | 2 |                        |
|                                                      | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                              |   |                        |
|                                                      | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                 | 1 |                        |
| <b>Тема 2.3.<br/>Внимание</b>                        | <b>Содержание</b>                                                                                           |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                                                      | 1. Понятие о внимании, функции, виды внимания. Свойства внимания.                                           | 2 |                        |
|                                                      | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                |   |                        |

|                              |                                                                                                                                                                            |   |                        |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------|
|                              | <b>Практическое занятие</b> Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования.                                                                        | 2 |                        |
|                              | <b>Практическое занятие</b> Развитие внимания.                                                                                                                             | 2 |                        |
|                              | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                             |   |                        |
|                              | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                | 1 |                        |
| <b>Тема 2.4. Память</b>      | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                          |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                              | 1. Определение и общая характеристика памяти. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.                                                                                     | 1 |                        |
|                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                               |   |                        |
|                              | <b>Практическое занятие</b> Исследование индивидуальных особенностей памяти.                                                                                               | 2 |                        |
|                              | <b>Практическое занятие</b> Развитие памяти                                                                                                                                | 2 |                        |
| <b>Тема 2.5. Воображение</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                          |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                              | Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения. Понятие о креативности.                                                                  | 2 |                        |
|                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                               |   |                        |
|                              | <b>Практическое занятие.</b> Диагностика и развитие воображения.                                                                                                           | 2 |                        |
| <b>Тема 2.6. Мышление</b>    | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                          |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                              | 1. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды и формы мышления.                                                                                 | 2 |                        |
|                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                               |   |                        |
|                              | <b>Практическое занятие</b> Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.                                                        | 2 |                        |
|                              | <b>Практическое занятие</b> Развитие мышления                                                                                                                              | 2 |                        |
| <b>Тема 2.7. Речь</b>        | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                          |   | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 09 |
|                              | 1. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи | 2 |                        |
|                              | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                               |   |                        |
|                              |                                                                                                                                                                            |   |                        |

|                                                                                         |                                                                                                                   |            |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------|
|                                                                                         | Практическое занятие Развитие речи                                                                                | 2          |                     |
| Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности                                 |                                                                                                                   |            |                     |
| Тема 3.1. Человек как субъект, личность и индивидуальность                              | Содержание                                                                                                        |            | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                         | 1. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Структура личности. Я-концепция. | 2          |                     |
|                                                                                         | 2. Направленность личности, формы ее проявления.                                                                  | 1          |                     |
|                                                                                         | В том числе практических занятий и лабораторных работ                                                             |            |                     |
|                                                                                         | Практическое занятие Определение направленности личности                                                          | 2          |                     |
|                                                                                         | Самостоятельная работа:                                                                                           |            |                     |
|                                                                                         | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                       | 1          |                     |
| Тема 3.2. Эмоционально-волевая сфера личности                                           | Содержание                                                                                                        |            | ОК 01, ОК 02, ОК 09 |
|                                                                                         | 1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства.             | 3          |                     |
|                                                                                         | 2. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека.   |            |                     |
|                                                                                         | В том числе практических занятий и лабораторных работ                                                             |            |                     |
|                                                                                         | Практическое занятие Психологические состояния и их регуляция.                                                    | 2          |                     |
|                                                                                         | Практическое занятие Развитие волевых качеств личности.                                                           | 2          |                     |
|                                                                                         | Практическое занятие Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»                  | 2          |                     |
|                                                                                         | Тема 3.3. Темперамент                                                                                             | Содержание |                     |
| 1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы темперамента. Типологии темперамента. |                                                                                                                   | 2          |                     |
| В том числе практических занятий и лабораторных работ                                   |                                                                                                                   |            |                     |
| Практическое занятие Исследование типов темперамента.                                   |                                                                                                                   | 2          |                     |
| Практическое занятие Решение психологических задач по теме «Темперамент»                |                                                                                                                   | 2          |                     |
| Тема 3.4.                                                                               | Содержание                                                                                                        |            | ОК 01, ОК 02,       |

|                                         |                                                                                    |              |                        |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| <b>Характер</b>                         | 1. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера. Типологии характера  | 2            | OK 09                  |
|                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                       |              |                        |
|                                         | <b>Практическое занятие</b> Исследование типа характера на основе самодиагностики. | 2            |                        |
|                                         | <b>Практическое занятие</b> Решение психологических задач по теме «Характер»       | 2            |                        |
| <b>Тема 3.5. Способности</b>            | <b>Содержание</b>                                                                  |              | OK 01, OK 02,<br>OK 09 |
|                                         | 1. Понятие о способностях. Задатки и способности. Виды способностей.               | 2            |                        |
|                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                       |              |                        |
|                                         | <b>Практическое занятие</b> Исследование творческих способностей.                  | 2            |                        |
|                                         | <b>Практическое задание</b> Развитие способностей..                                | 2            |                        |
|                                         | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                     |              |                        |
|                                         | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                        | 1            |                        |
| <b>Промежуточная аттестация экзамен</b> |                                                                                    | <b>4</b>     |                        |
| <b>Всего:</b>                           |                                                                                    | <b>90/36</b> |                        |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Педагогики и психологии».

#### 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 и электронные издания

— ISBN 978-5-8114-9849-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/214730> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490180>

1. Бабушкин, Г. Д. Психологическое сопровождение физического воспитания и спорта / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 384 с. — ISBN 978-5-8114-9726-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/238649> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-

3. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология: учебник для учреждений СПО: ЭУМК. – Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496 с.

4. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490034>

5. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 1. Ощущения и восприятие : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 302 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10265-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517648>

6. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10268-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517650>

7. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 3. Воображение и мышление : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10269-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517651>

8. Нуркова, В. В. Общая психология : учебник для среднего профессионального образования / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство

Юрайт, 2025. — 514 с.

9. Савенков, А. И. Педагогическая психология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. И. Савенков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02105-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491042>

10. Яковлев, Б. П. Эмоциональные и мотивационные детерминанты в спортивной деятельности / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 312 с.

### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Бухарова, И. С. Психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования [Текст] / И. С. Бухарова, М. В. Бывшева,

Е. А. Царегородцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 208 с.

2. Васильева, Н. Н. Психология: учеб. пособие для СПО [Текст] / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 234 с.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                          | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                            | <i>Методы оценки</i>                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i><br>применять знания общей психологии при решении психологических задач;<br>выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности | использование знаний психологии при решении психологических задач;<br>поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей. | оценка результатов выполнения практической работы;<br>экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы. |
| <i>Перечень знаний,</i>                                                                                                                                                                                                                             | знание предмета, задач и                                                                                                                                                                                                          | анализ и оценка                                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <p>предмет, задачи и методы психологии; развитие психологии как науки; психика и ее развитие; сознание и самосознание; деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; самосознание, Я-концепция; направленность личности; эмоции, чувства, воля, темперамент; индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности.</p> | <p>методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; понимание сознания как формы отражения человеком действительности; знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; сравнение познавательных психических процессов; знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции; оценка механизмов психологической защиты личности; понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека; знание основных типов темперамента; понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека; знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности); - понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.</p> | <p>решения тестовых заданий; анализ и оценка решения ситуационных задач; анализ и оценка презентации по выбранной теме</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.09 ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ЛИЦ С ОСОБЫМИ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ  
Для специальности  
49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## ОП.09 Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.03 Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК              | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 09 | ориентироваться в современных проблемах образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, тенденциях его развития и направлениях реформирования; использовать терминологию специальной педагогики и специальной психологии; анализировать факторы и условия развития детей с ограниченными возможностями здоровья; определять педагогические возможности различных методов, приемов, средств и форм организации деятельности и общения детей с ограниченными возможностями здоровья с учетом особых образовательных потребностей; анализировать опыт работы педагогов с детьми, имеющими отклонения в развитии и поведении; находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития воспитателя детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии | социокультурную сущность специального образования, его становление и развитие; роль специальной педагогики и психологии в социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья; понятийный аппарат специальной педагогики и психологии; цель, задачи и структуру современной системы образования лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации, перспективы ее развития; этиологию нарушений психофизического развития; классификации нарушений в развитии и поведении детей; общие и специфические закономерности социального, психического и физического развития при психических, сенсорных, интеллектуальных, речевых и физических нарушениях; особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья; психолого-педагогические основы образования лиц с интеллектуальной недостаточностью, нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательной системы, тяжелыми нарушениями речи, недостатками эмоционально-личностных отношений и поведения; принципы, цели и задачи, содержание, методы обучения и воспитания, формы организации деятельности обучающихся (воспитанников); |

|  |  |                                                                                                                                         |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | организацию коррекционно-педагогической помощи детям с отклонениями в развитии в условиях образовательных учреждений общего назначения. |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | 48            |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | 8             |
|                                                           |               |
| теоретическое обучение                                    | 8             |
| практические занятия                                      |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 40            |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |               |

## 1.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                                               | Содержание и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                     | Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч. | Коды компетенций и личностных результатов <sup>1</sup> , формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                         | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3                                                                       | 4                                                                                                            |
| <b>Раздел 1. Специальная педагогика и специальная психология в системе научных дисциплин и сфер общественной практики</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>12/6</b>                                                             |                                                                                                              |
| <b>Тема 1. Предмет и задачи специальной педагогики и специальной психологии</b>                                           | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>4/2</b>                                                              | OK 01<br>OK 02<br>OK 09                                                                                      |
|                                                                                                                           | 1. Специальная педагогика и специальная психология как основные составляющие дефектологии. Основные задачи специальной педагогики и специальной психологии. Предметные области специальной педагогики и психологии. Связь специальной педагогики и специальной психологии с другими науками | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                                                                           | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>2</b>                                                                |                                                                                                              |
|                                                                                                                           | <b>Практическое занятие 1.</b> Составление словаря основных понятий и категорий специальной педагогики и специальной психологии                                                                                                                                                             | 1                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                                                                           | <b>Практическое занятие 2.</b> Современные подходы к построению системы коррекционной помощи детям с ОВЗ в России и за рубежом (анализ статей журналов и составление тезисов по проблеме организации коррекционно-педагогической помощи детям с отклонениями в развитии).                   | 1                                                                       |                                                                                                              |
| <b>Тема 2. Педагогические и психологические закономерности дизонтогенеза</b>                                              | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>4/2</b>                                                              | OK 01<br>OK 02<br>OK 09                                                                                      |
|                                                                                                                           | 1. Понятие о «норме» и «отклонении». Этиология и патогенез отклоняющегося развития. Структура нарушенного развития. Первичные и вторичные отклонения в развитии. Общие и специфические закономерности отклоняющегося развития. Классификация основных видов дизонтогенеза.                  | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                                                                           | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>2</b>                                                                |                                                                                                              |
|                                                                                                                           | <b>Практическое занятие 3.</b> Изучение содержания диагностических карт для обследования                                                                                                                                                                                                    | 1                                                                       |                                                                                                              |

<sup>1</sup> В соответствии с Приложением 3 ПОП.

|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------|
|                                                                                                                                                         | детей дошкольного возраста с ОВЗ. Анализ продуктов деятельности детей с ОВЗ разных нозологических групп.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |              |                         |
|                                                                                                                                                         | <b>Практическое занятие 4.</b> Методы психолого-педагогического исследования детей с ограниченными возможностями здоровья (изучение специфики применения методов при психолого-педагогическом исследовании детей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп).                                                                                                        | 1            |                         |
| <b>Тема 3. Структура современной системы образования лиц с ограниченными возможностями здоровья в РФ и перспективы ее развития</b>                      | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>4/2</b>   | OK 01<br>OK 02<br>OK 09 |
|                                                                                                                                                         | 1. Стратегия комплексного подхода и ранней помощи детям с ограниченными возможностями здоровья. Система организации дошкольного, школьного и профессионального образования для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Организация коррекционно-педагогической помощи детям с отклонениями в развитии в условиях образовательных учреждений общего назначения (инклюзивное образование). | 2            |                         |
|                                                                                                                                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2            |                         |
|                                                                                                                                                         | <b>Практическое занятие 5.</b> Анализ адаптированных образовательных программ для детей с ОВЗ разных нозологических групп.                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2            |                         |
| <b>Раздел 2. Организация коррекционного-развивающего обучения детей с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>24/14</b> |                         |
| <b>Тема 1. Теоретические основы обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями</b>         | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>3/1</b>   | OK 01<br>OK 02<br>OK 09 |
|                                                                                                                                                         | 1. Цель, задачи и принципы коррекционно-развивающего обучения. Сущность и содержание коррекционно-развивающего обучения. Методы обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья. Формы организации обучения. Основные направления психолого-педагогической коррекции.                                                                                                     | 2            |                         |
|                                                                                                                                                         | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>1</b>     |                         |
|                                                                                                                                                         | <b>Практическое занятие 6.</b> Анализ статей журналов по проблеме использования в коррекционно-развивающем процессе различных методов, средств и технологий обучения и воспитания детей с особыми образовательными потребностями                                                                                                                                                             | 1            |                         |
| <b>Тема 2. Организация обучения детей с психическим развитием по типу ретардации (умственная отсталость, ЗПР)</b>                                       | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>5/2</b>   | OK 01<br>OK 02<br>OK 09 |
|                                                                                                                                                         | 1. Умственная отсталость: понятие, классификация, особенности психического развития детей. ЗПР: понятие, классификация, особенности психического развития детей.                                                                                                                                                                                                                             | 3            |                         |
|                                                                                                                                                         | 2. Особые образовательные потребности детей с умственной отсталостью и ЗПР.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                         |
|                                                                                                                                                         | 3. Особенности организация коррекционно-развивающего обучения детей с умственной отсталостью и ЗПР. Дифференциальная диагностика умственной отсталости и ЗПР.                                                                                                                                                                                                                                |              |                         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                           |                   |                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                              | <b>2</b>          |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Практическое занятие 7.</b> Анализ коррекционно-развивающего занятия детей дошкольного возраста с умственной отсталостью и ЗПР.                                                                                                        | 1                 |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Практическое занятие 8.</b> Подбор дидактических средств (дидактических игр, игровых упражнений, игровых заданий и др.) для реализации цели просмотренного коррекционно-развивающего занятия.                                          | 1                 |                         |
| <b>Тема 3.</b><br><b>Организация обучения детей с психическим развитием по дефицитарному типу (нарушение слуха, нарушение зрения, нарушение функций опорно-двигательного аппарата, нарушение речи)</b>                                                           | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>7/3</b>        | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 09 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1. Нарушение слуха: понятие, классификация, особенности психического развития детей. Особые образовательные потребности детей с нарушением слуха.                                                                                         | 4                 |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2. Нарушение зрения: понятие, классификация, особенности психического развития детей. Особые образовательные потребности детей с нарушением зрения.                                                                                       |                   |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | 3. Нарушения опорно-двигательного аппарата (НОДА). Структура двигательного дефекта. Детский церебральный паралич: классификация параличей, особенности психического развития детей с ДЦП. Особые образовательные потребности детей с НОДА |                   |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4. Нарушение речи, классификация речевых нарушений у детей. Особенности психического развития детей с нарушением речи. Особые образовательные потребности детей с нарушениями речи.                                                       |                   |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                              | <b>3</b>          |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Практическое занятие 9.</b> Изучение специального оборудования для организации обучения детей с нарушением слуха, зрения, НОДА.                                                                                                        | 1                 |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Практическое занятие 10.</b> Анализ конспектов занятий для детей дошкольного возраста с последующей адаптацией их под особые образовательные потребности детей с нарушением зрения, слуха и НОДА (по выбору)                           | 1                 |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Практическое занятие 11.</b> Решение ситуационных задач по проблемам нарушения речи детей дошкольного возраста (по аудио и видеоматериалам)                                                                                            | 1                 |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Тема 4.</b><br><b>Организация обучения детей с психическим развитием по типу асинхронии (расстройства</b>                                                                                                                              | <b>Содержание</b> |                         |
| 1. Расстройства аутистического спектра (РАС) как вид искаженного развития. Особенности психического развития детей с РАС. Особые образовательные потребности детей с РАС. Особенности социализации и организации коррекционно-развивающего обучения детей с РАС. |                                                                                                                                                                                                                                           | 2                 |                         |
| <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           | 2                 |                         |
| <b>Практическое занятие 12.</b> Составление методических рекомендаций для педагогов по                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           | 1                 |                         |

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |     |                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------------------------|
| аутистического спектра)                                                             | созданию условий для обучения детей с РАС.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |     |                         |
|                                                                                     | <b>Практическое занятие 13.</b> Изучение практических рекомендаций, разработанных А.В. Хаустовым: «Формирование коммуникативных навыков у детей с аутизмом». Разработка и представление побуждающих к вербальной имитации и вербальной самостоятельности ситуаций детей с РАС.                                                          | 1   |                         |
| Тема 5. Психолого-педагогическая поддержка субъектов инклюзивного образования       | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5/3 | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 09 |
|                                                                                     | Психолого-педагогическая поддержка родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья, в условиях инклюзивного образования.<br>Психолого-педагогическое сопровождение педагогов, участвующих в образовательном процессе детей с ограниченными возможностями здоровья.                                                      | 2   |                         |
|                                                                                     | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |                         |
|                                                                                     | Практическое занятие 14. Новые подходы к организации помощи семьям, воспитывающим проблемных детей.                                                                                                                                                                                                                                     | 1   |                         |
|                                                                                     | Практическое занятие 15. Взаимодействие образовательной организации и семьи при организации инклюзивного обучения. Просветительская деятельность в отношении детей с особыми образовательными потребностями.                                                                                                                            | 1   |                         |
|                                                                                     | Практическое занятие 16. Основные направления психолого-педагогического сопровождения педагогов, участвующих в образовательном процессе детей с ограниченными возможностями здоровья.                                                                                                                                                   | 1   |                         |
| Тема 6. Формирование профессиональных компетенций педагога инклюзивного образования | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2/1 | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 09 |
|                                                                                     | Профессиональные компетенции педагога инклюзивного образования. Требования профессионального стандарта педагога к знаниям, умения и навыкам современного педагога в области обучения, воспитания и развития различных категорий обучающихся. Предупреждение профессионального выгорания у специалистов, работающих в условиях инклюзии. | 1   |                         |
|                                                                                     | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2   |                         |
|                                                                                     | <b>1.</b> Практическое занятие 17-18. Анализ методов и технологий предупреждения профессионального выгорания у специалистов, работающих в условиях инклюзии.                                                                                                                                                                            | 1   |                         |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2   |                         |
| Всего:                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 48  |                         |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Педагогики и психологии».

#### **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 и электронные издания**

1. Коррекционная педагогика в начальном образовании : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Ф. Кумарина [и др.] ; под редакцией Г. Ф. Кумариной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 285 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00393-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490616> (дата обращения: 13.08.2022).

2. Ворошнина О.Р. Клинико-психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья и их семей в условиях общего (инклюзивного и интегрированного) и специального образования : учебник / Ворошнина О.Р., Наумов А.А., Токаева Т.Э.. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. — 204 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70628.html> (дата обращения: 13.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Психолого-педагогическая диагностика развития лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие для вузов / Д. И. Бойков [и др.] ; ответственный редактор Д. И. Бойков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/498994> (дата обращения: 13.08.2022).

4. Власова, Н. В. Коррекционная и специальная педагогика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. В. Власова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 132 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14711-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515011>

5. Семенов, Л. А. Базовые и инновационные подходы в физическом воспитании: коррекционное развитие кондиционных физических качеств у детей дошкольного возраста / Л. А. Семенов. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 116 с. — ISBN 978-5-507-45383-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302582> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Ромашин, О. В. Система управления процессом целенаправленного оздоровления человека / О. В. Ромашин. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 100 с. — ISBN 978-5-507-44360-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/222614> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Арпентьева, М. Р. Психосоциальное сопровождение лиц с ОВЗ и их семей / М. Р. Арпентьева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 252 с. — ISBN 978-5-507-44861-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/247415> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. 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> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

| <b><i>Результаты обучения</i></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b><i>Критерии оценки</i></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b><i>Методы оценки</i></b>                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Перечень знаний, формируемых в рамках дисциплины</i><br>социокультурную сущность специального образования, его становление и развитие;<br>роль специальной педагогики и психологии в социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья;<br>понятийный аппарат специальной педагогики и психологии;<br>цель, задачи и структуру современной системы образования лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации, перспективы ее развития;<br>этиологию нарушений психофизического развития;<br>классификации нарушений в развитии и поведении детей;<br>общие и специфические закономерности социального, психического и физического развития при психических, сенсорных, интеллектуальных, речевых и физических нарушениях;<br>особые образовательные потребности | анализирует научные статьи и составляет тезисы по проблеме современных подходов к построению системы коррекционной помощи детям с ОВЗ;<br>составляет словарь терминов; использует их при анализе научных статей и коррекционно-развивающих занятий;<br>анализирует нормативно-правовые документы, адаптированные образовательные программы;<br>определяет причинно-следственные связи в психическом развитии детей с ОВЗ при решении проблемно-ситуационных задач;<br>адаптирует содержание конспектов занятий под особые образовательные потребности детей с ОВЗ;<br>определяет возможности специального оборудования и дидактических средств | анализ и оценка решения тестовых заданий;<br>анализ и оценка решения устного опроса;<br>анализ и оценка решения письменного опроса. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <p>детей с ограниченными возможностями здоровья; психолого-педагогические основы образования лиц с интеллектуальной недостаточностью, нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательной системы, тяжелыми нарушениями речи, недостатками эмоционально-личностных отношений и поведения; принципы, цели и задачи, содержание, методы обучения и воспитания, формы организации деятельности обучающихся (воспитанников); организацию коррекционно-педагогической помощи детям с отклонениями в развитии в условиях образовательных учреждений общего назначения</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>обучения детей с ОВЗ; адаптирует содержание конспектов занятий под особые образовательные потребности детей с ОВЗ</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |
| <p><i>Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины</i></p> <p>ориентироваться в современных проблемах образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, тенденциях его развития и направлениях реформирования; использовать терминологию специальной педагогики и специальной психологии; анализировать факторы и условия развития детей с ограниченными возможностями здоровья; определять педагогические возможности различных методов, приемов, средств и форм организации деятельности и общения детей с ограниченными возможностями здоровья с учетом особых образовательных потребностей; анализировать опыт работы педагогов с детьми, имеющими отклонения в развитии и поведении; находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития воспитателя детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии.</p> | <p>анализирует научные статьи и составляет тезисы по проблеме современных подходов к построению системы коррекционной помощи детям с ОВЗ; работает с дефектологическим словарем, ориентируется в терминологии при анализе научных статей, использует терминологию при анализе коррекционно-развивающих занятий; определяет причинно-следственные связи в психическом развитии детей с ОВЗ при решении проблемно-ситуационных задач; производит отбор дидактических средств в соответствии с целью коррекционно-развивающего обучения и с учетом особых образовательных потребностей детей с ОВЗ; анализируют конспекты коррекционно-развивающих занятий для детей с ОВЗ разных нозологических групп; проводит отбор статей журналов по использованию педагогами методов, средств, технологий в коррекционно-развивающем обучении детей</p> | <p>оценка выполнения практических заданий (работ).</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | с особыми образовательными потребностями.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |
| <p>Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины ориентироваться в современных проблемах образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, тенденциях его развития и направлениях реформирования; использовать терминологию специальной педагогики и специальной психологии; анализировать факторы и условия развития детей с ограниченными возможностями здоровья; определять педагогические возможности различных методов, приемов, средств и форм организации деятельности и общения детей с ограниченными возможностями здоровья с учетом особых образовательных потребностей; анализировать опыт работы педагогов с детьми, имеющими отклонения в развитии и поведении; находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития воспитателя детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии.</p> | <p>анализирует научные статьи и составляет тезисы по проблеме современных подходов к построению системы коррекционной помощи детям с ОВЗ; работает с дефектологическим словарем, ориентируется в терминологии при анализе научных статей, использует терминологию при анализе коррекционно-развивающих занятий; определяет причинно-следственные связи в психическом развитии детей с ОВЗ при решении проблемно-ситуационных задач; производит отбор дидактических средств в соответствии с целью коррекционно-развивающего обучения и с учетом особых образовательных потребностей детей с ОВЗ; анализируют конспекты коррекционно-развивающих занятий для детей с ОВЗ разных нозологических групп; проводит отбор статей журналов по использованию педагогами методов, средств, технологий в коррекционно-развивающем обучении детей с особыми образовательными потребностями.</p> | <p>оценка выполнения практических заданий (работ).</p> |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.10 ПРОЕКТНАЯ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ  
Для специальности  
49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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

## ОП.10 Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.10 Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК                       | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04 | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ анализировать исследовательские работы с точки зрения логики исследования;</li> <li>~ обосновывать актуальность темы исследования;</li> <li>~ определять методы для организации собственного исследования;</li> <li>~ определять методологический аппарат исследования;</li> <li>~ разрабатывать план учебно-исследовательской работы;</li> <li>~ выделяет понятийно-категориальный аппарат исследования;</li> <li>~ работать с психолого-педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования;</li> <li>~ использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании;</li> <li>~ обобщать и анализировать результаты исследования;</li> <li>~ оформлять учебно-исследовательскую работу;</li> <li>~ использовать приемы защиты результатов исследования.</li> <li>~ разрабатывать педагогический проект.</li> <li>- оформлять педагогический проект.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>~ логику исследования,</li> <li>~ структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы;</li> <li>~ способы и принципы обоснования актуальности темы исследования;</li> <li>~ характеристику исследовательских методов;</li> <li>~ компоненты методологического аппарата исследования;</li> <li>~ основные виды учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа;</li> <li>~ способы фиксации изученного материала;</li> <li>~ понятие о педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента;</li> <li>~ способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования;</li> <li>~ основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.;</li> <li>~ требования к оформлению и представлению результатов работы;</li> <li>~ порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы.</li> </ul> |

|  |  |                                                                                                                                                 |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | ~ теоретические аспекты педагогического проектирования.<br>~ структура педагогического проекта.<br>- технологию педагогического проектирования. |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                        | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | <b>40</b>     |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>             | <b>6</b>      |
| в т. ч.:                                                  |               |
| теоретическое обучение                                    | 6             |
| практические занятия                                      |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                             | 34            |
| <b>Промежуточная аттестация дифференцированный зачет</b>  |               |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                            | Содержание 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                                                                     |
| <b>Раздел 1. Теоретические основы исследовательской деятельности</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>21/12</b>                                                            |                                                                       |
| <b>Тема 1.1. Методологические и методические основы исследовательской деятельности</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>7/2</b>                                                              |                                                                       |
|                                                                                        | 1. Наука и научное исследование Понятие о науке как специфической сфере человеческой деятельности, направленной на получение, обоснование и систематизацию объективных знаний о мире. Понятие о научном исследовании как особой форме процесса познания. Классификации научных исследований по целевому назначению (фундаментальные, прикладные, разработки, поисковые), по срокам выполнения (долгосрочные, краткосрочные, экспресс-исследования). Междисциплинарный характер современной науки. Взаимосвязь науки и практики. | 5                                                                       | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04                                      |
|                                                                                        | 2. Методология исследования Понятие о методологии научного знания как системе принципов, способов организации и построения теоретической и практической деятельности. Компоненты методологического знания: общетеоретические законы и закономерности, более частные законы, принципы и методы исследования. Методологический аппарат исследования: объект, предмет, цель, гипотеза, задачи (общее представление).                                                                                                               |                                                                         |                                                                       |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |                                  |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------|
|                                                            | 3. Методика исследования Методика исследования как совокупность приемов и способов исследования, определяющих порядок их применения и интерпретацию полученных с их помощью результатов. Понятие о методах исследования как совокупности приемов и операций, направленных на изучение проблем. Система методов исследования. Характеристика исследовательских методов.                                                                                                                                   |            |                                  |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b>   |                                  |
|                                                            | <b>Практическое занятие 1.</b> «Определение методологического аппарата исследования. Логическая схема взаимосвязи методологического аппарата исследования»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2          |                                  |
| <b>Тема 1.2. Технология исследовательской деятельности</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>6/4</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04 |
|                                                            | 1. Алгоритм исследовательской работы: определение проблемы, предмета и объекта исследования; сбор и изучение информации по проблеме, уточнение основных понятий, определение темы исследования; формулировка цели, задач и гипотезы исследования, выбор соответствующих методов исследования; подготовка и проведение исследовательской части работы (в том числе эмпирической); обработка результатов исследования; интерпретация полученных данных; формулирование выводов; оформление работы; защита. | 2          |                                  |
|                                                            | 2. Эксперимент как общенаучный метод исследования. Виды экспериментов. Основные этапы проведения эксперимента, содержание работы на каждом этапе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |            |                                  |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>4</b>   |                                  |
|                                                            | <b>Практическое занятие 2.</b> «Технология сбора и анализа информации по актуальной теме исследования»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1          |                                  |
|                                                            | <b>Практическое занятие 3.</b> «Формулировка объекта, предмета, цели, гипотезы и составление предварительного плана                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1          |                                  |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |             |                                  |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------|
|                                                                  | исследования».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                  |
|                                                                  | <b>Практическое занятие 4.</b> «Сбор и первичная систематизация эмпирического материала»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1           |                                  |
|                                                                  | <b>Практическое занятие 5.</b> «Интерпретация, оформление, представление результатов и формулирование выводов исследования».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1           |                                  |
| <b>Тема 1.3. Учебно-исследовательская деятельность студентов</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>10/6</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04 |
|                                                                  | 1. Особенности учебно-исследовательской деятельности. Сравнительная характеристика научно-исследовательской и учебно-исследовательской деятельности. Особенности научного стиля изложения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4           |                                  |
|                                                                  | 2. Виды учебно-исследовательской деятельности обучающихся. Основные виды учебно-исследовательской деятельности обучающихся профессиональной образовательной организации: курсовая работа и выпускная квалификационная работа, их сходство и различие. Содержательное разнообразие курсовых работ (реферативного, практического, опытно-экспериментального характера), выпускных квалификационных работ (опытно-практического, опытно-экспериментального, теоретического, проектного характера). |             |                                  |
|                                                                  | 3. Требования к курсовой и выпускной квалификационной работе. Структура. Методологический аппарат. Теоретические и эмпирические методы исследования в курсовой и выпускной квалификационной работе. Рубрикация как выражение композиционной структуры текста. Требования к оформлению структурных частей курсовой работы и выпускной квалификационной работы.                                                                                                                                   |             |                                  |
|                                                                  | 4. Защита курсовой работы и выпускной квалификационной работы. Возможные варианты защиты курсовой работы. Критерии оценки курсовой работы. Отзыв научного                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |             |                                  |

|                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|
|                                                                                                                          | руководителя.<br>Выпускная квалификационная работа как вид государственной итоговой аттестации выпускников. Цель защиты выпускной квалификационной работы. Особенности процедуры предварительной защиты результатов выпускной квалификационной работы. Допуск к защите ВКР: сроки сдачи работы, составление отзыва научного руководителя, рецензии. Подготовка выпускной квалификационной работы к защите: составление текста выступления студента; подготовка ответов на замечания и пожелания, высказанные в отзыве и рецензии; подготовка раздаточного материала, презентации. Процедура защиты выпускной квалификационной работы. Критерии оценки ВКР. |              |                                  |
|                                                                                                                          | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>6</b>     |                                  |
|                                                                                                                          | <b>Практическое занятие 6.</b> Обоснование актуальности темы исследования.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1            |                                  |
|                                                                                                                          | <b>Практическое занятие 7.</b> «Составление библиографического описания, составление тезисов и запись цитаты»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1            |                                  |
|                                                                                                                          | <b>Практическое занятие 8.</b> «Составление программы опытно-экспериментальной работы при организации исследования по теме»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2            |                                  |
|                                                                                                                          | <b>Практическое занятие 9.</b> «Наблюдение и анализ видеозаписи процедуры защиты выпускной квалификационной работы»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2            |                                  |
| <b>Раздел 2. Теоретические основы проектной деятельности</b>                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>15/10</b> |                                  |
| <b>Тема 2.1. Проектная деятельность: понятие, основные характеристики проектной деятельности, классификация проектов</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>3/1</b>   | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04 |
|                                                                                                                          | 1. Понятия проектной деятельности и педагогического проектирования. Различие проектной и исследовательской деятельности. Принципы проектной деятельности. Общие признаки, отличающие проект от других видов деятельности: 1) направленность на достижение конкретных целей с определенным началом и концом; 2) ограниченная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2            |                                  |

|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |             |                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------|
|                                                                                      | протяженность по срокам, стоимости и ресурсам; 3) неповторимость и уникальность (в определенной степени); 4) комплексность — наличие большого числа факторов, прямо или косвенно влияющих на прогресс и результаты проекта; 5) правовое и организационное обеспечение — создание специфической организационной структуры на время реализации проекта. Проектная культура педагога.                                                                                                                                                                                                      |             |                                  |
|                                                                                      | 2. Виды педагогических проектов. По срокам реализации: краткосрочные (до одной недели); среднесрочные (от недели до месяца); долгосрочные (от одного месяца и больше); по доминирующей деятельности: исследовательские; творческие; практико-ориентированные; информационные; приключенческие; игровые; телекоммуникационные; по количеству участников проекта: индивидуальные; групповые. Учебные проекты. Досуговые проекты. Проекты в системе профессиональной подготовки. Социально-педагогические проекты. Проекты личностного становления. Сетевые проекты. Международные проекты |             |                                  |
|                                                                                      | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>1</b>    |                                  |
|                                                                                      | <b>Практическое занятие 10.</b> Виды педагогических проектов в практике физической культуры и спорта                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1           |                                  |
| <b>Тема 2.2. Организация проектной деятельности: этапы и содержание деятельности</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>12/9</b> | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 03<br>ОК 04 |
|                                                                                      | Организация проектной деятельности. Этапы проектирования. Предпроектный этап. Выбор формата проекта. Логика организации педагогического проекта. Этап реализации проекта, рефлексивный этап, послепроектный этап. Технология разработки проектов. Педагогический проект как документ: основные требования к составлению. Принципы разработки педагогического проекта. Алгоритм педагогического проектирования. Сбор исходных данных и анализ существующего состояния объекта. Выявление потребности в                                                                                   | 3           |                                  |

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           |  |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|                                 | изменениях (в проекте). Определение целей, задач и ожидаемых результатов. Моделирование объекта в соответствии с поставленными целями. Определение ресурсов и технологий реализации проекта. Результаты проектной деятельности. Оценка результатов проектной деятельности. Требования к написанию проекта. Критерии результативности проекта. Особенности написания курсовых работ и ВКР проектного характера. |           |  |
|                                 | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>9</b>  |  |
|                                 | <b>Практическое занятие 11.</b> «Разработка проектов личностного и профессионального роста»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2         |  |
|                                 | <b>Практическое занятие 12.</b> «Разработка учебных проектов»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |  |
|                                 | <b>Практическое занятие 13.</b> «Разработка социально-педагогических и досуговых проектов»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2         |  |
|                                 | <b>Практическое занятие 14.</b> «Практика оценки результатов проектной деятельности»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1         |  |
|                                 | <b>Практическое занятие 15-16</b> «Организационно-деятельностная игра по педагогическому проектированию»                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2         |  |
|                                 | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>2</b>  |  |
|                                 | <b>Подготовка к дифференцированному зачету</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2         |  |
| <b>Промежуточная аттестация</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           |  |
| <b>Всего:</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>40</b> |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности».

#### 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 и электронные издания

1. Афанасьев, В. В. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Афанасьев, О. В. Грибова, Л. И. Уколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 154 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10342-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495277> (дата обращения: 22.06.2022).

2. Байбородова, Л. В. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Байбородова, А. П. Чернявская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 221 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10316-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495278> (дата обращения: 22.06.2022).

3. Байкова, Л. А. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 122 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12527-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495558> (дата обращения: 22.06.2022).

4. Коржуев, А. В. Основы учебно-исследовательской деятельности в педагогике : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. В. Коржуев, Н. Н. Антонова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 177 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11374-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495245> (дата обращения: 22.06.2022).

5. Кукулина, Е. Н. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Н. Кукулина, М. А. Мазниченко, И. А. Мушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08818-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491765> (дата обращения: 22.06.2022).

6. Образцов, П. И. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. И. Образцов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 156 с. — (Профессиональное образование). —

ISBN 978-5-534-10315-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495279> (дата обращения: 22.06.2022).

7. Хамидулин, В. С. Основы проектной деятельности / В. С. Хамидулин. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 144 с. — ISBN 978-5-507-45880-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/291158> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Пушина, Н. В. Основы проектной и исследовательской деятельности. Практикум / Н. В. Пушина, Ж. В. Морозова, Г. А. Бандура. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 152 с. — ISBN 978-5-507-45654-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/277085> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Царенко, А. С. Управление проектами : учебное пособие для спо / А. С. Царенко. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 236 с. — ISBN 978-5-8114-7567-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176879> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.2. Дополнительные источники**

1. Методические рекомендации по организации учебной проектно-исследовательской деятельности в образовательных организациях. (Режим доступа): [https://edsoo.ru/Metodicheskie\\_rekomendacii\\_po\\_organizacii\\_uchebnoi\\_proektno\\_issledovatel'skoi\\_deyatelnosti\\_v\\_obrazovatel'nyh\\_organizacijah.htm](https://edsoo.ru/Metodicheskie_rekomendacii_po_organizacii_uchebnoi_proektno_issledovatel'skoi_deyatelnosti_v_obrazovatel'nyh_organizacijah.htm)

2. Российский общеобразовательный портал. (Режим доступа): URL: <http://www.pedsovet.org>.

3. Российский общеобразовательный портал: (Режим доступа): URL: [http // www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru)

4. Российский общеобразовательный портал: (Режим доступа): URL: [http // www.edual.ru](http://www.edual.ru);

5. Педагогическая библиотека: (Режим доступа): URL: [http // www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru)

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

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i>Методы оценки</i>                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>Перечень знаний, формируемых в рамках дисциплины</i></p> <p>логику исследования, структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы;</p> <p>способы и принципы обоснования актуальности темы исследования;</p> <p>характеристику исследовательских методов;</p> <p>компоненты методологического аппарата исследования;</p> <p>основные виды учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа;</p> <p>способы фиксации изученного материала;</p> <p>понятие о педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента;</p> <p>способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования;</p> <p>основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.;</p> <p>требования к оформлению и представлению результатов работы;</p> <p>порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы.</p> | <p>перечисляет и характеризует этапы выполнения учебно-исследовательской работы в соответствии с логикой исследования;</p> <p>перечисляет способы обоснования актуальности темы исследования;</p> <p>знает сущность понятия «методы психолого-педагогического исследования»;</p> <p>правильно перечисляет компоненты методологического аппарата исследования, принципы их формулирования, верно указывает его логическую связь с планом учебно-исследовательской работы;</p> <p>дает характеристику основным видам исследовательской деятельности студентов;</p> <p>перечисляет способы фиксации материала в соответствии с правилами и требованиями при работе с литературой по проблеме исследования;</p> <p>правильно перечисляет этапы и дает характеристику содержания этапов проведения педагогического эксперименты при выполнении исследовательской работы;</p> <p>называет правила изложения результатов по проблеме исследования;</p> <p>знает основные формы представления данных и их оформление в соответствии с требованиями;</p> <p>описывает требования к оформлению и представлению результатов работы;</p> <p>характеризует порядок и процедуру защиты выпускной</p> | <p>анализ и оценка решения тестовых заданий;</p> <p>анализ и оценка решения устного опроса;</p> <p>анализ и оценка решения письменного опроса.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <p>теоретические аспекты педагогического проектирования.</p> <p>структура педагогического проекта.</p> <p>технология педагогического проектирования.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>квалификационной работы в соответствии с требованиями.</p> <p>обосновывает сущность педагогического проектирования.</p> <p>перечисляет этапы и технологию педагогического проекта.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                        |
| <p><i>Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины</i></p> <p>анализировать исследовательские работы с точки зрения логики исследования;</p> <p>обосновывать актуальность темы исследования;</p> <p>определять методы для организации собственного исследования;</p> <p>определять методологический аппарат исследования;</p> <p>разрабатывать план учебно-исследовательской работы;</p> <p>выделяет понятийно-категориальный аппарат исследования;</p> <p>работать с психолого-педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования;</p> <p>использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании;</p> <p>обобщать и анализировать результаты исследования;</p> <p>оформлять учебно-исследовательскую работу;</p> <p>использовать приемы защиты результатов исследования.</p> | <p>проводит анализ исследовательских работы с точки зрения логики исследования в зависимости от вида работы;</p> <p>обосновывает актуальность темы в соответствии принятыми способами и принципами обоснования актуальности;</p> <p>определяет методы для организации исследования в соответствии с темой и видом учебно-исследовательской работы;</p> <p>правильно формулирует методологический аппарат исследования в соответствии с темой учебно-исследовательской работы;</p> <p>правильно разрабатывает план учебно-исследовательской работы в соответствии с методологическим аппаратом и видом учебно-исследовательской работы;</p> <p>точно определяет понятийно-категориальный аппарат исследования в соответствии с темой учебно-исследовательской работы;</p> <p>правильно использует способы фиксации материал при работе с литературой по проблеме исследования в соответствии с требованиями, нормами, правилами;</p> <p>составлять программу опытно-экспериментальной работы при организации исследования по теме в соответствии с принятой структурой;</p> <p>делает выводы на основе качественной и</p> | <p>оценка выполнения практических заданий (работ).</p> |

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>разрабатывать педагогический проект.<br/>оформлять педагогический проект.</p> | <p>количественной обработки материалов исследования;<br/>оформляет и представляет полученные в ходе исследования данные в соответствии с требованиями;<br/>оформляет свою работу в соответствии с требованиями;<br/>демонстрирует приемы защиты результатов исследования в соответствии с принятыми требованиями.<br/>демонстрирует умение определять этапы педагогического проекта в соответствии с поставленными целями и задачами.<br/>демонстрирует умение оформлять педагогический проект в соответствии с заданной структурой.</p> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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 ОП.11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК, ЛР                                                                                | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК 1.1. – ПК 1.6;<br>ПК 2.1. – ПК 2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.5/<br>ОК 01., ОК 2., ОК 04.,<br>ОК 08., | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта;</li> <li>- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;</li> <li>-правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры;</li> <li>- историю становления и развития зарубежных систем и отечественной системы физической культуры;</li> <li>- классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания;</li> <li>- основы обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>- основы воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения;</li> <li>- основные составляющие спортивной тренировки.</li> </ul> |

## 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 | 91          |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 14          |
| в том числе:                                       |             |
| теоретическое обучение                             | 14          |
| практические занятия                               |             |
| <i>Самостоятельная работа</i>                      | 72          |
| Экзамен                                            | 5           |

## 2.2. 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 и личностных результатов <sup>1</sup> , формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                   | 2                                                                                                                                                                                                 | 3                                                                       | 4                                                                                                            |
| Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта  |                                                                                                                                                                                                   | 26/10                                                                   |                                                                                                              |
| Тема 1.1<br>Понятие о теории и истории физической культуры и спорта | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                     | 4/2                                                                     | ПК 1.1. – ПК 1.6;<br>ПК 2.1. – ПК 2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.5/<br><br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08.                  |
|                                                                     | 1. Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта                                                                  | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                     | 2. Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации                                                                                                    |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                     | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                   | 2                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                     | Практическое занятие 1. Привести примеры реализации основных задач физического воспитания применительно к системе общего образования, дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе | 1                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                     | Практическое занятие 2. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование, дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа          | 1                                                                       |                                                                                                              |
| Тема 1.2.<br>Зарождение и развитие зарубежных систем                | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                     | 10/4                                                                    | ПК 1.2; ПК 1.3;<br>ПК 2.4;<br>ПК 3.2<br>ОК 2.                                                                |
|                                                                     | 1. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе                                                                                                                             | 6                                                                       |                                                                                                              |
|                                                                     | 2. Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока                                                                                                                                  |                                                                         |                                                                                                              |
|                                                                     | 3. Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                              |

<sup>1</sup> В соответствии с Приложением 3 ПОП.

|                                                                             |                                                                                                                                                                                         |       |                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| физической культуры                                                         | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                         | 4     |                                                                                                           |
|                                                                             | Практическое занятие 3. Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры                                                                                             | 4     |                                                                                                           |
| Тема 1.3<br>Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры | Содержание учебного материала                                                                                                                                                           | 12/4  | ПК 1.2; ПК 1.3; ПК 1.5<br>ПК 2.4; ПК 3.2; ОК 02;                                                          |
|                                                                             | 1. Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма                                                                                           | 8     |                                                                                                           |
|                                                                             | 2. Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года                                                                              |       |                                                                                                           |
|                                                                             | 3. Становление и развитие советской системы физической культуры                                                                                                                         |       |                                                                                                           |
|                                                                             | 4. Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации                                                                                                                       |       |                                                                                                           |
|                                                                             | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                         | 4     |                                                                                                           |
|                                                                             | Практическое занятие 4. Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры                                                                                         | 4     |                                                                                                           |
|                                                                             | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                 | 1     |                                                                                                           |
|                                                                             | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                             | 1     |                                                                                                           |
| Раздел 2. Теоретико-методические основы физического воспитания              |                                                                                                                                                                                         | 38/20 |                                                                                                           |
| Тема 2.1.<br>Средства физического воспитания                                | Содержание учебного материала                                                                                                                                                           | 62    | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/<br><br>ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
|                                                                             | 1. Классификация средств физического воспитания                                                                                                                                         | 4     |                                                                                                           |
|                                                                             | 2. Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики.                  |       |                                                                                                           |
|                                                                             | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                         | 2     |                                                                                                           |
|                                                                             | Практическое занятие 5. Характеристика формы физического упражнения                                                                                                                     | 2     |                                                                                                           |
|                                                                             | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                 | 1     |                                                                                                           |
|                                                                             | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                                                                                                             | 1     |                                                                                                           |
| Тема 2.2. Методы физического воспитания                                     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                           | 6/4   | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/                              |
|                                                                             | 1. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания. | 2     |                                                                                                           |
|                                                                             | 2. Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания                                                                     |       |                                                                                                           |
|                                                                             | 3. Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и                                                                                                                   |       |                                                                                                           |

|                                                                                       |                                                                                                          |              |                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                       | использование в процессе физического воспитания                                                          |              | ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08.                                                                                                |
|                                                                                       | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                   | <b>4</b>     |                                                                                                                         |
|                                                                                       | Практическое занятие 6. Применение методов физического воспитания                                        | 4            |                                                                                                                         |
| <b>Тема 2.3.<br/>Принципы<br/>физического<br/>воспитания</b>                          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                     | <b>4/2</b>   | ПК 1.1. – ПК 1.3;<br>ПК 1.5;<br>ПК 2.1., ПК 2.2, ПК<br>2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.3;<br>ПК 3.5/<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                                                                       | 1. Система принципов физического воспитания и их характеристика                                          | 2            |                                                                                                                         |
|                                                                                       | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                   | <b>2</b>     |                                                                                                                         |
|                                                                                       | Практическое занятие 7. Реализация системы принципов физического воспитания                              | 2            |                                                                                                                         |
| <b>Тема 2.4.<br/>Нагрузка и отдых в<br/>физическом<br/>воспитании</b>                 | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                     | <b>2</b>     | ПК 1.1. – ПК 1.3;<br>ПК 1.5;<br>ПК 2.1., ПК 2.2, ПК<br>2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.3;<br>ПК 3.5/<br>ОК 01., ОК 2., ОК<br>08. |
|                                                                                       | 1. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки | 2            |                                                                                                                         |
|                                                                                       | 2. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.            |              |                                                                                                                         |
| <b>Тема 2.5<br/>Основы теории<br/>обучения<br/>двигательным<br/>умениям и навыкам</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                     | <b>4/2</b>   | ПК 1.1. – ПК 1.3;<br>ПК 1.5;<br>ПК 2.1., ПК 2.2, ПК<br>2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.3;<br>ПК 3.5/<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                                                                       | 1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании                             | 2            |                                                                                                                         |
|                                                                                       | 2. Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов       |              |                                                                                                                         |
|                                                                                       | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                   | <b>2</b>     |                                                                                                                         |
|                                                                                       | Практическое занятие 8. Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию              | 2            |                                                                                                                         |
|                                                                                       | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                           | <b>1</b>     |                                                                                                                         |
|                                                                                       | Подготовка выступлений, докладов, рефератов                                                              | 1            |                                                                                                                         |
| <b>Тема 2.6<br/>Воспитание<br/>физических качеств</b>                                 | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                     | <b>16/10</b> | ПК 1.1. – ПК 1.3;<br>ПК 1.5;<br>ПК 2.1., ПК 2.2, ПК<br>2.4;                                                             |
|                                                                                       | 1. Понятие о физических качествах и способностях.                                                        | 6            |                                                                                                                         |
|                                                                                       | 2. Силовые способности и методика их воспитания.                                                         |              |                                                                                                                         |
|                                                                                       | 3. Скоростные способности и методика их воспитания.                                                      |              |                                                                                                                         |

|                                                                                      |                                                                                                        |              |                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                      | 4. Координационные способности и методика их воспитания.                                               |              | ПК 3.1. – ПК 3.3;<br>ПК 3.5/<br><br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 04, ОК 08.                              |
|                                                                                      | 5. Выносливость и методика её воспитания.                                                              |              |                                                                                                  |
|                                                                                      | 6. Гибкость и методика её воспитания.                                                                  |              |                                                                                                  |
|                                                                                      | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                 | <b>8</b>     |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическое занятие 9. Методическая разработка воспитания силовых способностей                        | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическое занятие 10. Методическая разработка воспитания выносливости                               | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическое занятие 11. Методическая разработка воспитания скоростных способностей                    | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическое занятие 12. Методическая разработка воспитания двигательного-координационных способностей | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическое занятие 13. Методическая разработка воспитания гибкости                                   | 2            |                                                                                                  |
| <b>Раздел 3. Понятие о спорте</b>                                                    |                                                                                                        | <b>10/4</b>  |                                                                                                  |
| <b>Тема 3.1.</b><br><b>Спорт как специфическая деятельность</b>                      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                   | <b>2</b>     | ПК 1.2., ПК 1.3;<br>ПК 1.5, ПК 1.6; ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5<br>ОК 01., ОК 2., ОК 08.    |
|                                                                                      | 1. Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта,                                    | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | 2. Социальные функции спорта                                                                           |              |                                                                                                  |
| <b>Тема 3.2.</b><br><b>Характеристика тренировочно-соревновательной деятельности</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                   | <b>8/4</b>   | ПК 1.2., ПК 1.3; ПК 1.5, ПК 1.6<br>ПК 2.4;<br>ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5/<br>ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
|                                                                                      | 1. Структура спортивного движения в Российской Федерации. Цель и задачи спортивной тренировки          | 4            |                                                                                                  |
|                                                                                      | 2. Основные стороны спортивной тренировки. Соревновательная деятельность в спорте                      |              |                                                                                                  |
|                                                                                      | 3. Разновидности тренировочных занятий и построение тренировки в циклах                                |              |                                                                                                  |
|                                                                                      | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                 | <b>4</b>     |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическая работа 14. Подбор средств спортивной тренировки                                           | 2            |                                                                                                  |
|                                                                                      | Практическая работа 15. Подбор методов спортивной тренировки                                           | 2            |                                                                                                  |
| <b>Промежуточная аттестация экзамен</b>                                              |                                                                                                        | <b>10</b>    |                                                                                                  |
| <b>Всего:</b>                                                                        |                                                                                                        | <b>91/34</b> |                                                                                                  |

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

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

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта»,

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

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, 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. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с.

3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с.

5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с.

6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с.

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с.

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с.

##### **1.2.2. Основные электронные издания**

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06071-3. — Текст: электронный.

2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + eПриложение:

дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. — ISBN 978-5-406-07304-9.— Текст : электронный.

3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст: электронный

6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10350-2. — Текст: электронный

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10352-6. — Текст: электронный

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст: электронный

9. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

#### 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры;</li> <li>- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания;</li> <li>- основы теории обучения двигательным действиям;</li> <li>- основы обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>- основы воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения;</li> <li>- основные составляющие спортивной тренировки.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет основные понятия теории физической культуры и спорта;</li> <li>- устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;</li> <li>- описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»;</li> <li>- перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности;</li> <li>- описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности;</li> <li>- перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений;</li> <li>- даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»;</li> <li>- перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка;</li> <li>- перечисляет этапы обучения двигательному действию;</li> <li>- определяет особенности этапов обучения двигательному действию;</li> <li>- даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость»,</li> </ul> | <p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                | <p>«выносливость»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- определяет понятия «нагрузка» «отдых»;</li> <li>- перечисляет функции спорта;</li> <li>-перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки;</li> <li>-описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»;</li> <li>-определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки;</li> <li>- даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»;</li> <li>-перечисляет признаки соревновательной деятельности;</li> <li>-перечисляет функций соревновательной деятельности;</li> <li>- описывает классификацию спортивных соревнований</li> </ul> |                                                   |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта;</li> <li>- использовать знания</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности;</li> <li>- применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала;</li> <li>- определяет педагогические возможности и эффективность</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Оценка результатов выполнения практической работы |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.</li> </ul> | <p>применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачи</li> </ul> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП 12 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

**2025 г.**

## **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**

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.12 Основы биомеханики

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.12 Основы биомеханики является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 08

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК                                                     | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК 1.5.<br>ПК 3.1; ПК<br>3.3; ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК<br>2., ОК 08. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять визуально биомеханические нарушения;</li> <li>- определять длины частей тела и их центры масс;</li> <li>- определять силы тяжести мышц в различных статических положениях;</li> <li>- исследовать и оценивать статическую позу спортсмена;</li> <li>- определять положение общего центра масс тела спортсмена;</li> <li>- оценивать развитие двигательных качеств;</li> <li>- применять знания по биомеханике для составления программы занятий физической культурой;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику двигательных действий;</li> <li>- биомеханику двигательных качеств человека;</li> <li>- половозрастные особенности моторики человека;</li> <li>- биомеханические основы физических упражнений.</li> </ul> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                   | Объем в часах |
|------------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины   | 48            |
| в т.ч. в форме практической подготовки               |               |
| в т. ч.:                                             |               |
| другие виды учебных занятий (теоретическое обучение) | 8             |
| практические занятия                                 |               |
| <i>Самостоятельная работа</i>                        | 40            |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет    |               |

## 2.2. 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                                                                     |
| Тема 1. Биомеханические характеристики тела человека и его движений | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4                                                                       | ПК 1.5.<br>ПК 3.1; ПК 3.3;<br>ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08.     |
|                                                                     | 1. Понятие о биомеханике. Цели и задачи биомеханики двигательных действий. Понятие о формах движения. Механическое движение в живых системах. Особенности механического движения человека. Биомеханика физической культуры и спорта: цели, задачи и методы.                                                                | 4                                                                       |                                                                       |
|                                                                     | 2. Кинематические характеристики: пространственно-временные, временные и пространственные.<br>Системы отсчета расстояния и времени. Координаты точки, тела и системы тел. Момент времени. Длительность, темп и ритм движений. Скорость и ускорение точки и тела.<br>Динамические, силовые и энергетические характеристики. |                                                                         |                                                                       |
|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         |                                                                       |
| Тема 2. Строение и функции биомеханической системы                  | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6                                                                       | ПК 1.5.<br><br>ПК 3.1; ПК 3.3;<br>ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                                                     | 1. Биокинематические цепи: звенья, парацепи, степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги и маятники. Условия равновесия и ускорения костных рычагов.                                                                                                                                                                   | 4                                                                       |                                                                       |
|                                                                     | 2. Механические свойства мышц. Механика, энергетика и мощность мышечного сокращения.                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                         |                                                                       |
|                                                                     | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                     | Практическое занятие 1. «Визуальная диагностика биомеханических нарушений».                                                                                                                                                                                                                                                | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                     | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2                                                                       |                                                                       |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                            |    |                                                                   |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------|
|                                           | Решение задач                                                                                                                                                                                                                              | 2  |                                                                   |
| Тема 3. Биомеханика двигательных действий | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                              | 12 | ПК 1.5.<br>ПК 3.1; ПК 3.3;<br>ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                           | 1. Биомеханика статических положений тела. Геометрия масс тела. Общий центр масс, центр объема, центр поверхности тела                                                                                                                     | 4  |                                                                   |
|                                           | 2. Силы в движении человека. Внешние силы: сила тяжести, вес, сила упругости, сила реакции опоры, сила трения. Биомеханика динамических положений тела. Внутренние силы. Превращение энергии в двигательных действиях.                     |    |                                                                   |
|                                           | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                                                                                                                                     | 8  |                                                                   |
|                                           | Практическое занятие 2. «Определение длины частей тела и нахождение положений их центра масс»                                                                                                                                              | 2  |                                                                   |
|                                           | Практическое занятие 3. «Аналитическое определение сил тяжести мышц в различных статических положениях»                                                                                                                                    | 2  |                                                                   |
|                                           | Практическое занятие 4. «Исследование и оценка статической позы»                                                                                                                                                                           | 2  |                                                                   |
|                                           | Практическое занятие 5. «Определение положения общего центра массы тела»                                                                                                                                                                   | 2  |                                                                   |
|                                           | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                                                                    | 6  |                                                                   |
|                                           | Решение задач                                                                                                                                                                                                                              | 6  |                                                                   |
| Тема 4. Биомеханика двигательных качеств  | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                              | 6  | ПК 1.5.<br>ПК 3.1; ПК 3.3;<br>ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                           | 1. Понятие о двигательных качествах. Биомеханическая характеристика силовых, скоростных качеств. Биомеханическая характеристика двигательного-координационного качества (ловкости), выносливости. Биомеханическая характеристика гибкости. | 4  |                                                                   |
|                                           | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                                                                                                                                     | 2  |                                                                   |
|                                           | Практическое занятие 6. «Оценка развития двигательных качеств».                                                                                                                                                                            | 2  |                                                                   |
|                                           | Самостоятельная работа:                                                                                                                                                                                                                    | 2  |                                                                   |
|                                           | Решение задач                                                                                                                                                                                                                              | 2  |                                                                   |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                                            |    |                                                                   |
| Тема 5. Дифференциальная биодинамика      | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                              | 8  | ПК 1.5.<br>ПК 3.1; ПК 3.3;<br>ПК 3.5.<br>ОК 01., ОК 2.,<br>ОК 08. |
|                                           | 1. Влияние возраста на эффективность биомеханических процессов.                                                                                                                                                                            | 4  |                                                                   |
|                                           | 2. Особенности влияния различных соматотипов на основные локомоции человека.                                                                                                                                                               |    |                                                                   |
|                                           | В том числе, практических занятий и лабораторных работ                                                                                                                                                                                     | 2  |                                                                   |

|                                                           |                                                                                                                        |              |  |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--|
|                                                           | Практическое занятие 7. «Составление программы (плана) занятий физической культурой для лиц с различными нарушениями». | 1            |  |
|                                                           | Практическое занятие 8. «Составление программы (плана) занятий физической культурой для людей различных соматотипов».  | 1            |  |
|                                                           | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                         | <b>2</b>     |  |
|                                                           | Решение задач                                                                                                          | 2            |  |
| <b>Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет</b> |                                                                                                                        | <b>2</b>     |  |
| <b>Всего:</b>                                             |                                                                                                                        | <b>48/16</b> |  |

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

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

Кабинет «Анатомии и физиологии и гигиены», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы по данной 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. Германов, Г. Н. Основы биомеханики: двигательные способности и физические качества (разделы теории физической культуры): учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 224 с.
2. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 159 с.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Германов, Г. Н. Основы биомеханики: двигательные способности и физические качества (разделы теории физической культуры): учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11148-4. — Текст : электронный.
2. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 159 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13697-5. — Текст : электронный
3. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики: биомеханика физических упражнений / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 220 с. — ISBN 978-5-507-45547-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/311891> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Жидких, Т. М. Практикум по биомеханике / Т. М. Жидких, Д. В. Горбачев, В. С. Минеев. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 96 с. — ISBN 978-5-507-46242-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302942> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: монография/ Баранцев С.А.— М.: Советский спорт, 2014.
2. Дубровский В. И. Биомеханика: учеб. для студентов сред. и высш. учеб. заведений по физической культуре / В.И. Дубровский, В.Н. Федорова. – 3-е изд. – М.: изд-во «ВЛАДОС-ПРЕСС», 2008. – 669 с.
3. Коренберг В.Б.. Лекции по спортивной биомеханике: учебное пособие / В.Б.Коренберг. – М. Советский спорт, 2011. – 206 с.: ил.
4. Курысь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения: учебное пособие/ Курысь В.Н.— М.: Советский спорт, 2013.
5. Ратов И.П., Попов Г.И., Логинов А.А., Шмонин Б.В. Биомеханические технологии подготовки спортсменов – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 120 с.

#### 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику двигательных действий;</li> <li>- биомеханику двигательных качеств человека;</li> <li>- половозрастные особенности моторики человека;</li> <li>- биомеханические основы физических упражнений.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- поясняет биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;</li> <li>- поясняет биомеханику двигательных действий;</li> <li>- поясняет биомеханику двигательных качеств человека;</li> <li>- поясняет половозрастные особенности моторики человека;</li> <li>- поясняет биомеханические основы физических упражнений.</li> </ul>                                                                                                                                                  | Устный опрос,<br>Проверочные работы,<br>Тестирование                                                                |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять визуально биомеханические нарушения;</li> <li>- определять длины частей тела и их центры масс;</li> <li>- определять силы тяжести мышц в различных статических положениях;</li> <li>- исследовать и оценивать статическую позу спортсмена;</li> <li>- определять положение общего центра масс тела спортсмена;</li> <li>- оценивать развитие личных двигательных качеств;</li> <li>- применять знания по биомеханике для составления программы занятий физической культурой;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявляет визуально биомеханические нарушения;</li> <li>- определяет длины частей тела и их центры масс;</li> <li>- определяет силы тяжести мышц в различных статических положениях;</li> <li>- исследует и оценивает статическую позу спортсмена;</li> <li>- определяет положение общего центра масс тела спортсмена;</li> <li>- оценивает развитие личных двигательных качеств;</li> <li>- применяет знания по биомеханике для составления программы занятий физической культурой;</li> </ul> | Оценка результатов выполнения практической работы<br>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.13 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК                                                                                                     | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК<br>1.3.; ПК 1.5.;<br>ПК 2.1;<br>3.1.- ПК 3.3.;<br>ПК 3.5; | <p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p> <p>проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> | <p>технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки;</p> <p>методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p> |

## 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           | 1009        |
| в т.ч. в форме практической подготовки                       | 214         |
| в том числе:                                                 |             |
| теоретическое обучение                                       | 214         |
| практические занятия                                         |             |
| Самостоятельная работа                                       | 780         |
| Промежуточная аттестация                                     | 15          |
| Из них:                                                      |             |
| экзамен                                                      | 5           |
| консультации                                                 | 10          |
| <b>РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА</b>                                  |             |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 1 | 138         |
| в том числе:                                                 |             |
| теоретическое обучение                                       | 4           |
| практические занятия                                         | 40          |
| Самостоятельная работа                                       | 94          |
| <b>РАЗДЕЛ 2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ</b>                              |             |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 2 | 34          |
| в том числе:                                                 |             |
| теоретическое обучение                                       | 1           |
| практические занятия                                         | 5           |
| Самостоятельная работа                                       | 28          |
| <b>РАЗДЕЛ 3. ВОЛЕЙБОЛ</b>                                    |             |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 3 | 154         |
| в том числе:                                                 |             |
| теоретическое обучение                                       | 4           |
| практические занятия                                         | 37          |
| Самостоятельная работа                                       | 113         |
| <b>РАЗДЕЛ 4. БАСКЕТБОЛ</b>                                   |             |

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 4 | 152 |
| в том числе:                                                 |     |
| теоретическое обучение                                       | 9   |
| практические занятия                                         | 32  |
| Самостоятельная работа                                       | 111 |
| РАЗДЕЛ 5. ПЛАВАНИЕ                                           |     |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 5 | 60  |
| в том числе:                                                 |     |
| теоретическое обучение                                       | 6   |
| практические занятия                                         |     |
| Самостоятельная работа                                       | 54  |
| РАЗДЕЛ 6. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА                                    |     |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 6 | 201 |
| в том числе:                                                 |     |
| теоретическое обучение                                       | 5   |
| практические занятия                                         | 36  |
| Самостоятельная работа                                       | 160 |
| РАЗДЕЛ 7. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА                                  |     |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 7 | 92  |
| в том числе:                                                 |     |
| теоретическое обучение                                       | 2   |
| практические занятия                                         | 19  |
| Самостоятельная работа                                       | 71  |
| РАЗДЕЛ 8. БАДМИНТОН                                          |     |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 8 | 60  |
| в том числе:                                                 |     |
| теоретическое обучение                                       | 8   |
| практические занятия                                         |     |
| Самостоятельная работа                                       | 52  |
| РАЗДЕЛ 9. ЛАПТА                                              |     |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 9 | 28  |
| в том числе:                                                 |     |

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| теоретическое обучение                                       | 7  |
| практические занятия                                         |    |
| Самостоятельная работа                                       | 21 |
| РАЗДЕЛ 10. ТУРИЗМ                                            |    |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 3 | 56 |
| в том числе:                                                 |    |
| теоретическое обучение                                       | 8  |
| практические занятия                                         |    |
| Самостоятельная работа                                       | 48 |

## 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 и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                    | 2                                                                                                                                                            | 3                                                                       | 4                                                                                              |
| РАЗДЕЛ 1.<br>ГИМНАСТИКА              |                                                                                                                                                              | 138/122                                                                 |                                                                                                |
| Тема 1.1 Гимнастическая терминология | Содержание учебного материала                                                                                                                                | 13/9                                                                    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08                                                        |
|                                      | Значение гимнастической терминологии, требования к ней.                                                                                                      | 1                                                                       |                                                                                                |
|                                      | Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов)                                 | 2                                                                       |                                                                                                |
|                                      | Запись гимнастических упражнений: строевых и общеразвивающих упражнений, упражнений на снарядах, вольных и акробатических упражнений, прикладных упражнений. | 1                                                                       |                                                                                                |
|                                      | В том числе практических занятий                                                                                                                             | 9                                                                       |                                                                                                |
|                                      | Практическое занятие 1. Входной контроль.                                                                                                                    | 1                                                                       |                                                                                                |
|                                      | Практическое занятие 2. Основные термины и понятия строевых, общеразвивающих, акробатических, прикладных упражнений.                                         | 4                                                                       |                                                                                                |
|                                      | Практическое занятие 3. Основные термины и понятия упражнений на снарядах.                                                                                   | 4                                                                       |                                                                                                |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                     |       |                                         |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                                          | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                             | 9     |                                         |
| Тема 1.2 Методические особенности проведения строевых упражнений         | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                       | 11/9  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                          | Классификация, назначение, особенности строевых упражнений. Строй и его структурные элементы                                                                                                                                                        | 1     |                                         |
|                                                                          | Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям                                                                                                                                                                                          | 1     |                                         |
|                                                                          | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                    | 9     |                                         |
|                                                                          | Практическое занятие 4. Выполнение строевых приемов, построений и перестроений.                                                                                                                                                                     | 4     |                                         |
|                                                                          | Практическое занятие 5. Выполнение передвижений, размыканий и смыканий.                                                                                                                                                                             | 4     |                                         |
|                                                                          | Практическое занятие 6. Фигурная маршировка.                                                                                                                                                                                                        | 1     |                                         |
|                                                                          | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                             | 11    |                                         |
| Тема 1.3 Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                       | 28/26 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                          | Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи. Правила отбора упражнений. Основа комплекса ОРУ. Содержание и дозировка ОРУ в комплексе. Правила записи комплекса ОРУ.                                                   | 1     |                                         |
|                                                                          | Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предметов и с предметами, в движении, в парах, на снарядах гимнастических и общего пользования разными способами                                                                               | 1     |                                         |
|                                                                          | В том числе, практических занятий                                                                                                                                                                                                                   | 26    |                                         |
|                                                                          | Практическое занятие 7. Выполнение и проведение комплексов ОРУ без предметов различного назначения: для обогащения двигательного опыта, вспомогательного характера разными способами (по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделению). | 5     |                                         |
|                                                                          | Практическое занятие 8. Выполнение и проведение комплексов ОРУ без предметов различного назначения: с акцентом на развитие отдельных физических качеств, для                                                                                        | 5     |                                         |

|                                                                        |                                                                                                                                                                     |       |                                         |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                                        | общей и специальной разминки, для уроков по другим видам спорта разными способами (целостным методом).                                                              |       |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 9. Выполнение и проведение комплексов ОРУ с предметами: гимнастической палкой, резиновым и набивным мячами, гимнастическим обручем; скакалкой. | 5     |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 10. Выполнение и проведение комплексов ОРУ на гимнастической скамейке и со скамейкой, на гимнастической стенке.                                | 5     |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 11. Выполнение и проведение комплексов ОРУ с новым оборудованием: гантелями, рингами, ролами, амортизаторами, фитболами, степами.              | 6     |                                         |
|                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                                                             | 30    |                                         |
| Тема 1.4 Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям | Содержание учебного материала                                                                                                                                       | 17/16 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                        | Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе. Статические и динамические упражнения.                                                      | 1     |                                         |
|                                                                        | Характеристика, классификация акробатических упражнений                                                                                                             |       |                                         |
|                                                                        | В том числе, практических занятий                                                                                                                                   | 16    |                                         |

|                                                    |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                                         |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                    | Практическое занятие 12. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекувы, кувырок вперед и назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, стойка на руках, мост, переворот боком «колесо» и т.д.). | 8     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 13. Акробатическая комбинация и методика обучения.                                                                                                                                                                       | 2     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 14. Составление и демонстрация упражнений парно-групповой акробатики на учебной группе.                                                                                                                                  | 4     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 15. Применение приемов страховки, помощи и самостраховки.                                                                                                                                                                | 2     |                                         |
|                                                    | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                       | 16    |                                         |
| Тема 1.5 Методика проведения прикладных упражнений | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                 | 9/8   | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                    | Характеристика прикладных упражнений. Техника и методика обучения основным упражнениям                                                                                                                                                        | 1     |                                         |
|                                                    | В том числе, практических занятий                                                                                                                                                                                                             | 8     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 16. Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии.                                                                                                                                                      | 2     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 17. Освоение упражнений в лазанье, перелезании и переползании.                                                                                                                                                           | 3     |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 18. Освоение упражнений в поднимании и переноске груза, партнеров.                                                                                                                                                       | 3     |                                         |
|                                                    | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                       | 10    |                                         |
| Тема 1.6 Упражнения на гимнастических снарядах     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                 | 36/32 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                    | Опорные прыжки в школьной программе. Методика обучения.                                                                                                                                                                                       | 1     |                                         |
|                                                    | Упражнения на бревне: виды передвижений, повороты, равновесия, прыжки, входы, соскоки. Комбинации на бревне. Методика обучения.                                                                                                               | 1     |                                         |

|                                                                           |                                                                                                                                                                                              |       |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                                           | Упражнения на брусках: подъемы, размахивания, кувырки, упоры, соскоки. Методика обучения.                                                                                                    | 1     |                                         |
|                                                                           | Упражнения на перекладине: подъемы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Упражнения в висах и упорах в школьной программе. Методика обучения.                                              | 1     |                                         |
|                                                                           | В том числе, практических занятий                                                                                                                                                            | 32    |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 19. Выполнение, проведение обучения опорным прыжкам школьной программы                                                                                                  | 7     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 20. Выполнение, проведение обучения упражнениям на бревне школьной программы.                                                                                           | 5     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 21. Выполнение, проведение обучения упражнениям в упорах и висах (простых и смешанных) на параллельных и разновысоких брусьях, перекладине в объеме школьной программы. | 4     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 22. Выполнение, проведение обучения упражнениям на разновысоких брусьях.                                                                                                | 6     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 23. Выполнение, проведение обучения упражнениям на параллельных брусьях.                                                                                                | 4     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 24. Выполнение, проведение обучения упражнениям на низкой перекладине.                                                                                                  | 4     |                                         |
|                                                                           | Практическое занятие 25. Отработка приемов страховки и само страховки при выполнении упражнений на снарядах.                                                                                 | 2     |                                         |
|                                                                           | Практическая подготовка                                                                                                                                                                      | 32    |                                         |
| Тема 1.7 Организация и особенности методики проведения занятий гимнастики | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                | 24/22 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                           | Характерные особенности, задачи урока гимнастики в школе.                                                                                                                                    | -     |                                         |
|                                                                           | Содержание и методика проведения отдельных его частей.                                                                                                                                       | 1     |                                         |

|                                                              |                                                                                                                                          |       |                                         |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                              | Методика проведения занятий по гимнастике с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья                                   | 1     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                              | В том числе, практических занятий                                                                                                        | 22    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 26. Проведение отдельных частей урока в учебной группе (в объеме школьной программы) по индивидуальному заданию.    | 6     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 27. Проведение полосы препятствий; подвижных игр и эстафет на уроке гимнастики для разных возрастов.                | 4     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 28. Проведение круговой тренировки на уроке гимнастики для разных возрастов.                                        | 2     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 29. Сдача контрольных нормативов.                                                                                   | 2     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 30. Освоение методики проведения занятий по гимнастике с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья | 6     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 31. Дифференцированный зачет.                                                                                       | 2     |                                         |
|                                                              | Самостоятельная работа                                                                                                                   | 7     |                                         |
|                                                              | Систематизация и дополнение записей по гимнастике.                                                                                       | 2     |                                         |
|                                                              | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                               | 3     |                                         |
|                                                              | Подготовка к дифференцированному зачету.                                                                                                 | 2     |                                         |
|                                                              | Практическая подготовка                                                                                                                  | 22    |                                         |
|                                                              | Практическая подготовка (всего)                                                                                                          | 130   |                                         |
| РАЗДЕЛ 2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ                                     |                                                                                                                                          | 34/30 |                                         |
| Тема 2.1 Педагогические основы методики проведения подвижных | Содержание учебного материала                                                                                                            | 24/22 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,          |
|                                                              | Педагогическое руководство игрой. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Подведение итогов игры.                            | 1     |                                         |

|                                               |                                                                                         |      |                                         |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------|
| игр                                           | Особенности проведения подвижных игр в 1 - 3 и 4 - 6 классах. в 7 -9 и 10 - 11 классах. | 1    | ОК 08                                   |
|                                               | В том числе, практических занятий                                                       | 22   |                                         |
|                                               | Практическое занятие 1. Карточка подвижной игры.                                        | 2    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 2. Проведение подвижных игр в 1 - 3 классах.                       | 5    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 3. Проведение подвижных игр в 4 – 6 классах.                       | 5    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 4. Проведение подвижных игр в 7 – 9 классах.                       | 5    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 5. Проведение подвижных игр в 10 – 11 классах.                     | 5    |                                         |
|                                               | Практическая подготовка                                                                 | 22   |                                         |
|                                               | Практическая подготовка (всего)                                                         | 34   |                                         |
| Тема 2.2 Подвижные игры во внеклассной работе | Содержание учебного материала                                                           | 10/8 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                               | Особенности проведения игр в спортивных секциях.                                        | 1    |                                         |
|                                               | Особенности проведения игр на школьных праздниках.                                      | 1    |                                         |
|                                               | В том числе практических занятий                                                        | 8    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 6. Особенности проведения игр на перемене.                         | 2    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 7. Проведение подвижных игр на местности.                          | 4    |                                         |
|                                               | Практическое занятие 8. Дифференцированный зачет.                                       | 2    |                                         |
|                                               | Самостоятельная работа                                                                  | 1    |                                         |

|                                                                    |                                                                |         |                                         |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------|
|                                                                    | Подготовка к дифференцированному зачету.                       |         |                                         |
|                                                                    | Практическая подготовка                                        | 12      |                                         |
| РАЗДЕЛ 3. Волейбол                                                 |                                                                | 154/136 |                                         |
| Тема 3.1 Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта | Содержание учебного материала                                  | 2/0     |                                         |
|                                                                    | Возникновение и развитие спортивных игр.                       | -       |                                         |
|                                                                    | Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.     | 1       |                                         |
|                                                                    | Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр. | 1       |                                         |
| Тема 3.2 Современные представления об игре в волейбол              | Содержание учебного материала                                  | 12/6    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                    | Характеристика игры. Техника и тактика игры.                   | 4       |                                         |
|                                                                    | Правила игры, судейство.                                       | 2       |                                         |
|                                                                    | В том числе практических занятий                               | 6       |                                         |
|                                                                    | Практическое занятие 1. Входной контроль.                      | 2       |                                         |
|                                                                    | Практическое занятие 2. Жесты судьи по волейболу.              | 4       |                                         |
|                                                                    | Практическая подготовка                                        | 8       |                                         |
| Тема 3.3 Основы обучения техническим приёмам волейбола             | Содержание учебного материала                                  | 70/66   | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                    | Методика обучения стойкам и перемещениям.                      | 1       |                                         |
|                                                                    | Методика обучения передачам мяча.                              | 1       |                                         |
|                                                                    | Методика обучения подачам мяча.                                | 1       |                                         |
|                                                                    | Методика обучения атакующему удару и блоку.                    | 1       |                                         |
|                                                                    | В том числе практических занятий                               | 66      |                                         |

|                                                              |                                                                                                                   |       |                                         |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                              | Практическое занятие 3. Правила разработки конспекта урока по волейболу.                                          | 4     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 4. Проведение упражнений специальной физической подготовки в волейболе.                      | 10    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 5. Освоение техники нападения и методики обучения техническим элементам.                     | 24    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 6. Освоение техники защиты и методики обучения.                                              | 24    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 7. Сдача контрольных нормативов.                                                             | 4     |                                         |
|                                                              | Практическая подготовка                                                                                           | 70    |                                         |
| Тема 3.4 Основы обучения тактическим действиям в волейболе   | Содержание учебного материала                                                                                     | 26/22 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                              | Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите.                                        | 2     |                                         |
|                                                              | Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении.                                     | 2     |                                         |
|                                                              | В том числе практических занятий                                                                                  | 22    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 8. Изучение тактики нападения и методики обучения ей.                                        | 8     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 9. Изучение тактики защиты и методики обучения ей.                                           | 8     |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 10. Зарисовка тактических схем игры в волейбол.                                              | 6     |                                         |
|                                                              | Практическая подготовка                                                                                           | 26    |                                         |
| Тема 3.5 Особенности методики проведения уроков по волейболу | Содержание учебного материала                                                                                     | 44/42 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                              | Особенности методики проведения занятий по волейболу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья | 2     |                                         |
|                                                              | В том числе практических занятий                                                                                  | 42    |                                         |
|                                                              | Практическое занятие 11. Разработка фрагмента урока по требованиям                                                | 6     |                                         |

|                                                        |                                                                                                                                                |         |                                         |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------|
|                                                        | демонстрационного экзамена.                                                                                                                    |         |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 12. Проведение фрагмента урока по требованиям демонстрационного экзамена                                                  | 12      |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 12. Проведение урока по волейболу.                                                                                        | 10      |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 13. Освоение методики проведения занятий по спортивным играм с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья | 12      |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 14. Дифференцированный зачет.                                                                                             | 2       |                                         |
|                                                        | Самостоятельная работа                                                                                                                         | 9       |                                         |
|                                                        | Систематизация и дополнение записей по волейболу.                                                                                              | 2       |                                         |
|                                                        | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                                     | 3       |                                         |
|                                                        | Подготовка к дифференцированному зачету.                                                                                                       | 2       |                                         |
|                                                        | Подготовка к экзамену.                                                                                                                         | 2       |                                         |
|                                                        | Практическая подготовка                                                                                                                        | 44      |                                         |
|                                                        | Практическая подготовка (всего)                                                                                                                | 148     |                                         |
| Раздел 4. Баскетбол                                    |                                                                                                                                                | 152/134 |                                         |
| Тема 4.1 Современные представления об игре в баскетбол | Содержание учебного материала                                                                                                                  | 10/8    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                        | Возникновение игры и этапы развития баскетбола. Характеристика игры. Правила соревнований.                                                     | -       |                                         |
|                                                        | Техника и тактика игры.                                                                                                                        | 2       |                                         |
|                                                        | В том числе практических занятий                                                                                                               | 8       |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 1. Входной контроль.                                                                                                      | 2       |                                         |
|                                                        | Практическое занятие 2. Жесты судьи.                                                                                                           | 6       |                                         |

|                                                             |                                                                                                |       |                                   |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------|
|                                                             | Практическая подготовка                                                                        | 8     |                                   |
| Тема 4.2 Основы обучения техническим приёмам баскетбола     | Содержание учебного материала                                                                  | 63/56 | ОК 01; ОК 02;                     |
|                                                             | Терминология технических приемов игры в баскетбол.                                             | 2     | ОК 04; ОК 06, ОК 08               |
|                                                             | Последовательность обучения техническим приемам игры в баскетбол. Этапы обучения в баскетболе. |       |                                   |
|                                                             | Методика обучения перемещениям в стойке баскетболиста, ведению мяча.                           | 1     |                                   |
|                                                             | Методика обучения ловле и передаче мяча, броскам в корзину.                                    | 2     |                                   |
|                                                             | Методика обучения приёмам овладения мячом и финтам.                                            | 2     |                                   |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                               | 56    |                                   |
|                                                             | Практическое занятие 3. Методика обучения перемещениям в стойке баскетболиста, ведению мяча.   | 10    | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08 |
|                                                             | Практическое занятие 4. Методика обучения ловле и передаче мяча.                               | 12    |                                   |
|                                                             | Практическое занятие 4. Методика обучения броскам в корзину.                                   | 18    |                                   |
|                                                             | Практическое занятие 5. Методика обучения приёмам овладения мячом и финтам.                    | 16    |                                   |
|                                                             | Практическая подготовка                                                                        | 60    |                                   |
| Тема 4.3 Основы обучения тактическим действиям в баскетболе | Содержание учебного материала                                                                  | 34/30 | ОК 01; ОК 02;                     |
|                                                             | Тактика игры в нападении и защите                                                              | 4     | ОК 04; ОК 06,                     |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                               | 30    | ОК 08                             |
|                                                             | Практическое занятие 6. Методика обучения индивидуальным действиям в защите и нападении.       | 10    |                                   |
|                                                             | Практическое занятие 7. Методика обучения групповым действиям в защите и нападении.            | 10    |                                   |

|                                                               |                                                                                                 |       |                                         |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                               | Практическое занятие 8. Методика обучения командным действиям в защите и нападении.             | 10    |                                         |
|                                                               | Практическая подготовка                                                                         | 36    |                                         |
| Тема 4.4 Особенности методики проведения уроков по баскетболу | Содержание учебного материала                                                                   | 45/40 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                               | Специальная физическая подготовка в баскетболе.                                                 | 1     |                                         |
|                                                               | Особенности содержания и проведения урока по баскетболу.                                        | 4     |                                         |
|                                                               | В том числе практических занятий                                                                | 40    |                                         |
|                                                               | Практическое занятие 9. Сдача контрольных нормативов.                                           | 4     |                                         |
|                                                               | Практическое занятие 10. Проведение упражнений специальной физической подготовки баскетболиста. | 6     |                                         |
|                                                               | Практическое занятие 11. Проведение частей урока по баскетболу.                                 | 10    |                                         |
|                                                               | Практическое занятие 12. Проведение урока по баскетболу.                                        | 18    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                               | Практическое занятие 13. Дифференцированный зачет.                                              | 2     |                                         |
|                                                               | Самостоятельная работа                                                                          | 9     |                                         |
|                                                               | Систематизация и дополнение записей по волейболу.                                               | 2     |                                         |
|                                                               | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                      | 3     |                                         |
|                                                               | Подготовка к дифференцированному зачету.                                                        | 2     |                                         |
|                                                               | Подготовка к экзамену.                                                                          | 2     |                                         |
|                                                               | Практическая подготовка                                                                         | 42    |                                         |
|                                                               | Практическая подготовка (всего)                                                                 | 146   |                                         |
| Раздел 5 Футбол                                               |                                                                                                 | 60/52 |                                         |

|                                                     |                                                                                             |    |                     |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------------|
| Тема 5.1 Современные представления об игре в футбол | Содержание учебного материала                                                               | 0  | ОК 01; ОК 02;       |
|                                                     | Возникновение игры и этапы развития футбола. Характеристика игры. Правила соревнований.     | -  | ОК 04; ОК 06, ОК 08 |
|                                                     | Места и оборудование для проведения занятий футболом.                                       | -  |                     |
|                                                     | В том числе практических занятий                                                            | 4  |                     |
|                                                     | Практическое занятие 1. Входной контроль.                                                   | 2  |                     |
|                                                     | Практическое занятие 2. Подготовка мест занятий и инвентаря для занятий                     | 2  |                     |
|                                                     | Практическая подготовка                                                                     | 6  |                     |
| Тема 5.2 Методика обучения технике игры в футбол    | Содержание учебного материала                                                               | 2  | ОК 01; ОК 02;       |
|                                                     | Техника перемещений. Техника ведения мяча. Техника вбрасывания мяча.                        | 1  | ОК 04; ОК 06, ОК 08 |
|                                                     | Техника ударов по мячу. Техника остановки мяча. Техника отбора мяча. Техника игры вратаря.  | 1  |                     |
|                                                     | В том числе, практических занятий                                                           | 30 |                     |
|                                                     | Практическое занятие 3. Сдача контрольных нормативов.                                       | 2  |                     |
|                                                     | Практическое занятие 4. Проведение упражнений специальной физической подготовки футболиста. | 4  |                     |
|                                                     | Практическое занятие 5. Обучение технике перемещений, ведения и вбрасывания мяча.           | 12 |                     |
|                                                     | Практическое занятие 6. Обучение технике ударов по мячу, отбору мяча.                       | 12 |                     |
|                                                     | Практическая подготовка                                                                     | 34 |                     |

|                                                            |                                                                                                     |         |                                         |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------|
|                                                            |                                                                                                     |         |                                         |
| Тема 5.3 Основы обучения тактическим действиям в футболе   | Содержание учебного материала                                                                       | 4       | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                            | Тактика игры в нападении и защите.                                                                  | 4       |                                         |
|                                                            | В том числе, практических занятий                                                                   | 12      |                                         |
|                                                            | Практическое занятие 7. Выполнение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.        | 4       |                                         |
|                                                            | Практическое занятие 8. Выполнение групповых и командных тактических действий в нападении и защите. | 8       |                                         |
|                                                            | Практическая подготовка                                                                             | 14      |                                         |
| Тема 5.4 Особенности методики проведения уроков по футболу | Содержание учебного материала                                                                       | 2       | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                            | Особенности проведения уроков футбола в различных возрастных группах.                               | 2       |                                         |
|                                                            | В том числе практических занятий                                                                    | 6       |                                         |
|                                                            | Практическое занятие 9. Проведение фрагмента урока                                                  | 6       |                                         |
|                                                            | Самостоятельная работа                                                                              | 4       |                                         |
|                                                            | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                          | 2       |                                         |
|                                                            | Подготовка к сдаче экзамена.                                                                        | 2       |                                         |
|                                                            | Практическая подготовка                                                                             | 8       |                                         |
|                                                            | Практическая подготовка (всего)                                                                     | 62      |                                         |
| РАЗДЕЛ 6. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА                                  |                                                                                                     | 201/185 |                                         |
| Тема 6.1. Легкая атлетика как вид физкультурно-            | Содержание учебного материала                                                                       | 0       | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,          |

|                                                                |                                                                                                                                                                                                          |    |                                         |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------|
| спортивной деятельности                                        | Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов                                                                                                                                             |    | ОК 08                                   |
| Тема 6.2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                            | 2  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                | Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе                                                                                  |    |                                         |
|                                                                | Методика обучения спортивной ходьбе                                                                                                                                                                      |    |                                         |
|                                                                | В том числе, практических занятий                                                                                                                                                                        | 8  |                                         |
|                                                                | Практическое занятие 1. Освоение техники и методики обучения спортивной ходьбе спортивной ходьбы                                                                                                         |    |                                         |
|                                                                | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                  | 8  |                                         |
| Тема 6.3. Основы техники и методики обучения бегу              | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                            | 5  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                | Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)                                                                                    |    |                                         |
|                                                                | Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции                                                                                                                                                    |    |                                         |
|                                                                | Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту) |    |                                         |
|                                                                | Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты                                                                                                                                              |    |                                         |
|                                                                | Методика обучения технике бега на короткие дистанции                                                                                                                                                     |    |                                         |
|                                                                | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                         | 60 |                                         |
|                                                                | Практическое занятие 2. Освоение техники и методики обучения бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)                               | 28 |                                         |
|                                                                | Практическое занятие 3. Освоение техники и методики обучения бега на короткие дистанции (100,200, 400 м), (4x100)                                                                                        | 22 |                                         |

|                                                                        |                                                                                                                                       |    |                                         |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------|
|                                                                        | Практическое занятие 4. Освоение техники и методики обучения эстафетному бегу (4x100); способам передачи эстафеты.                    | 10 |                                         |
|                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                               | 60 |                                         |
| Тема 6.4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам | Содержание учебного материала                                                                                                         | 3  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                        | Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание», «перекидной» и «фосбери-флоп»: отталкивание, переход через планку, разбег |    |                                         |
|                                                                        | Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега                                                                                   |    |                                         |
|                                                                        | Техника прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»                                                              |    |                                         |
|                                                                        | Методика обучения технике прыжка в длину с разбега                                                                                    |    |                                         |
|                                                                        | В том числе, практических занятий                                                                                                     | 54 |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 5. Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание», «перекидной» и «фосбери-флоп»            | 16 |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 6. Освоение методики обучения технике прыжка в высоту с разбега                                                  | 10 |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 7. Освоение техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»                             | 16 |                                         |
|                                                                        | Практическое занятие 8. Освоение методики обучения технике прыжка в длину с разбега                                                   | 12 |                                         |
|                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                               | 54 |                                         |
| Тема 6.5. Основы техники и методики обучения метаниям                  | Содержание учебного материала                                                                                                         | 2  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                        | Техника метания малого мяча, гранаты.                                                                                                 |    |                                         |
|                                                                        | Техника толкания ядра.                                                                                                                |    |                                         |
|                                                                        | В том числе, практических занятий                                                                                                     | 24 |                                         |

|                                                                                 |                                                                                                                                                |       |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                                                 | Практическое занятие 9. Освоение техники и методики обучения метания малого мяча, гранаты                                                      | 14    |                                         |
|                                                                                 | Практическое занятие 10. Освоение техники и методики обучения толкания ядра                                                                    | 10    |                                         |
|                                                                                 | Практическая подготовка                                                                                                                        | 24    |                                         |
| Тема 6.6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики | Содержание учебного материала                                                                                                                  | 4     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                                 | Особенности занятий легкоатлетическими упражнениями на уроке физической культуры                                                               | 2     |                                         |
|                                                                                 | Методика проведения занятий по лёгкой атлетике с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья                                    | 2     |                                         |
|                                                                                 | В том числе практических занятий                                                                                                               | 39    |                                         |
|                                                                                 | Практическое занятие 11. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике с разным возрастным контингентом в общеобразовательной школе. | 16    |                                         |
|                                                                                 | Практическое занятие 11. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья  | 20    |                                         |
|                                                                                 | Практическое занятие 12. Дифференцированный зачет.                                                                                             | 3     |                                         |
|                                                                                 | Самостоятельная работа                                                                                                                         | 8     |                                         |
|                                                                                 | Систематизация и дополнение записей по волейболу.                                                                                              | 1     |                                         |
|                                                                                 | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                                     | 2     |                                         |
|                                                                                 | Подготовка к дифференцированному зачету, экзамену.                                                                                             | 5     |                                         |
|                                                                                 | Практическая подготовка                                                                                                                        | 43    |                                         |
|                                                                                 | Практическая подготовка (всего)                                                                                                                | 189   |                                         |
| РАЗДЕЛ 7. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА                                                     |                                                                                                                                                | 92/82 |                                         |

|                                                                |                                                                                                                                                                                                          |       |                      |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------|
| Тема 7.1 Лыжный инвентарь                                      | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                            | 6/6   | ОК 01; ОК 02;        |
|                                                                | Классификация лыж и рекомендации по их выбору. Конструкции лыжных креплений и рекомендации по их установке. Факторы, влияющие на выбор лыжных мазей и парафинов.                                         | -     | ОК 04; ОК 06, ОК 08; |
|                                                                | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                         | 6     |                      |
|                                                                | Практическое занятие 1. Входной контроль.                                                                                                                                                                | 2     |                      |
|                                                                | Практическое занятие 2. Мелкий ремонт лыжного инвентаря.                                                                                                                                                 | 2     |                      |
|                                                                | Практическое занятие 3. Выбор лыжного инвентаря. Выбор мази, подготовка лыж к занятиям.                                                                                                                  | 2     |                      |
|                                                                | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                  | 6     |                      |
| Тема 7.2 Техника классических лыжных ходов и методика обучения | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                            | 36/34 | ОК 01; ОК 02;        |
|                                                                | Техника способов передвижения, её определения и понятия. Требования, предъявляемые к технике передвижения на лыжах. Основные элементы техники передвижения на лыжах. Скользящий шаг, его периоды и фазы. | 1     | ОК 04; ОК 06, ОК 08; |
|                                                                | Средства, методы и методические приёмы обучения технике классических лыжных ходов.                                                                                                                       | 1     |                      |
|                                                                | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                         | 34    |                      |
|                                                                | Практическое занятие 4. Упражнения начального обучения.                                                                                                                                                  | 4     |                      |
|                                                                | Практическое занятие 5. Передвижение ступающим шагом, скользящим шагом.                                                                                                                                  | 4     |                      |
|                                                                | Практическое занятие 6. Выполнение упражнений для обучения технике попеременных и одновременных ходов.                                                                                                   | 10    |                      |
|                                                                | Практическое занятие 7. Передвижение попеременными и одновременными ходами на учебной лыжне, на коротких отрезках и на дистанции по пересечённой местности с различной скоростью.                        | 12    |                      |

|                                                              |                                                                                                                                             |    |                                          |
|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------|
|                                                              | Практическое занятие 8. Передвижение попеременными и одновременными ходами в подвижных играх, игровых заданиях и эстафетах.                 | 4  |                                          |
|                                                              | Практическая подготовка                                                                                                                     | 36 |                                          |
| Тема 7.3 Техника коньковых ходов и методика обучения         | Содержание учебного материала                                                                                                               | 2  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08  |
|                                                              | Анализ техники коньковых ходов.                                                                                                             | 1  |                                          |
|                                                              | Средства, методы и методические приёмы обучения технике коньковых лыжных ходов.                                                             | 1  |                                          |
|                                                              | В том числе практических занятий                                                                                                            | 12 |                                          |
|                                                              | Практическое занятие 9. Выполнение специально-подготовительных и специально-подводящих упражнений для обучения технике коньковых ходов.     | 4  |                                          |
|                                                              | Практическое занятие 10. Передвижение коньковым ходом под уклон, на равнине и в пологий подъём.                                             | 6  |                                          |
|                                                              | Практическое занятие 11. Передвижение коньковым ходом по пересечённой местности на отрезках дистанции и на дистанции с различной скоростью. | 2  |                                          |
|                                                              | Практическая подготовка                                                                                                                     | 12 |                                          |
| Тема 7.4 Способы переходов с хода на ход и методика обучения | Содержание учебного материала                                                                                                               | 1  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08; |
|                                                              | Анализ техники переходов с хода на ход в классических лыжных ходах. Анализ техники переходов с хода на ход в коньковых лыжных ходах.        | 1  |                                          |
|                                                              | В том числе практических занятий                                                                                                            | 8  |                                          |

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                    | Практическое занятие 12. Выполнение упражнений для обучения технике переходов с попеременных классических ходов на одновременные и обратно; с одного классического хода на другой при передвижении по пересечённой местности. | 4  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическое занятие 13. Выполнение упражнений для обучения технике переходов в коньковых ходах.                                                                                                                              | 4  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                       | 8  |                                                                                        |
| Тема 7.5. Горнолыжная техника на беговых лыжах и методика обучения | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                 | 2  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08<br><br>ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                                    | Анализ техники спусков, подъёмов, торможений и поворотов в движении. Средства, методы и методические приёмы обучения горнолыжной технике на беговых лыжах.                                                                    | 1  |                                                                                        |
|                                                                    | Особенности организации процесса обучения технике спусков, подъёмов, торможений и поворотов в движении на беговых лыжах.                                                                                                      | 1  |                                                                                        |
|                                                                    | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                              | 12 |                                                                                        |
|                                                                    | Практическое занятие 14. Выполнение упражнений для обучения технике спусков, подъёмов, торможений и поворотов в движении на склонах различной крутизны.                                                                       | 4  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическое занятие 15. Выполнение спусков с преодолением неровностей склона: бугра, впадины, встречного склона.                                                                                                             | 2  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическое занятие 16. Преодоление простейшей слаломной трассы на беговых лыжах.                                                                                                                                            | 2  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическое занятие 17. Освоение методики проведения занятий по лыжной подготовке с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья                                                                               | 4  |                                                                                        |
|                                                                    | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                       | 14 |                                                                                        |
| Тема 7.6 Содержание, организация и методика проведения уроков      | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                 | 3  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,                                                         |
|                                                                    | Анализ содержания раздела «Лыжная подготовка» школьной программы по                                                                                                                                                           | 1  |                                                                                        |

|                                   |                                                                                                                           |       |                                |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------|
| лыжной подготовки в школе         | физической культуре.                                                                                                      |       | ОК 08                          |
|                                   | Особенности организации и методики проведения уроков лыжной подготовки в 1-4, 5-9 и в 10-11 классах.                      | 1     |                                |
|                                   | Основные документы планирования учебного процесса и их характеристика. Контроль успеваемости на уроках лыжной подготовки. | 1     |                                |
|                                   | В том числе практических занятий                                                                                          | 10    |                                |
|                                   | Практическое занятие 18. Проведение части урока лыжной подготовки в 1-4 классах.                                          | 2     |                                |
|                                   | Практическое занятие 19. Проведение части урока лыжной подготовки в 5-9 классах.                                          | 4     |                                |
|                                   | Практическое занятие 20. Проведение части урока лыжной подготовки в 10-11 классах.                                        | 2     |                                |
|                                   | Практическое занятие 21. Дифференцированный зачет.                                                                        | 2     |                                |
|                                   | Самостоятельная работа                                                                                                    | 6     |                                |
|                                   | Систематизация и дополнение записей по волейболу.                                                                         | 2     |                                |
|                                   | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                                | 2     |                                |
|                                   | Подготовка к дифференцированному зачету.                                                                                  | 2     |                                |
|                                   | Практическая подготовка                                                                                                   | 10    |                                |
|                                   | Практическая подготовка (всего)                                                                                           | 86    |                                |
| Раздел 8. Фитнес                  |                                                                                                                           | 60/54 |                                |
| Тема 8.1 Современные виды фитнеса | Содержание учебного материала                                                                                             | 1     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, |
|                                   | Современные виды аэробики: краткая характеристика, методические особенности, воздействие на организм занимающихся.        |       |                                |

|                                |                                                                                            |   |                                         |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------|
|                                | Силовые виды аэробики. Аэробика с новыми видами оборудования.                              |   | ОК 08                                   |
|                                | Фитнес на уроке в школе.                                                                   |   |                                         |
|                                | В том числе практических занятий                                                           | 4 |                                         |
|                                | Практическое занятие 1. Правила составления конспекта комплекса фитнеса.                   | 3 |                                         |
|                                | Практическое занятие 2. Принятые команды и жесты.                                          | 1 |                                         |
|                                | Практическая подготовка                                                                    | 5 |                                         |
| Тема 8.2 Классическая аэробика | Содержание учебного материала                                                              | 1 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                | Методика обучения элементам аэробики.                                                      |   |                                         |
|                                | Методика разучивания и составления учебных комбинаций.                                     |   |                                         |
|                                | В том числе практических занятий                                                           | 6 |                                         |
|                                | Практическое занятие 3. Базовые шаги в оздоровительной и спортивной аэробике.              | 2 |                                         |
|                                | Практическое занятие 4. Обязательные элементы в аэробике. Методика составления комбинаций. | 3 |                                         |
|                                | Практическое занятие 5. Подбор музыкального сопровождения для комбинации.                  | 1 |                                         |
|                                | Практическая подготовка                                                                    | 7 |                                         |
| Тема 8.3 Фитбол-аэробика       | Содержание учебного материала                                                              | 1 | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                | Классификация упражнений фитбол-аэробики.                                                  |   |                                         |
|                                | В том числе практических занятий                                                           | 7 |                                         |
|                                | Методика обучения упражнениям на фитболе.                                                  | 3 |                                         |
|                                | Практическое занятие 6. Методика обучения упражнениям с фитболом.                          | 4 |                                         |
|                                | Практическая подготовка                                                                    | 8 |                                         |

|                                                    |                                                                                                      |    |                                         |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------|
| Тема 8.4 Степ-аэробика                             | Содержание учебного материала                                                                        | 1  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                    | Правила выполнения упражнений на степе.                                                              |    |                                         |
|                                                    | В том числе практических занятий                                                                     | 6  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 7. Методика обучения упражнениям на степе.                                      | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 8. Методика составления комбинаций на степе.                                    | 4  |                                         |
|                                                    | Практическая подготовка                                                                              | 7  |                                         |
| Тема 8.5 Фитнес с новым инвентарем и оборудованием | Содержание учебного материала                                                                        | 1  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                    | Современный инвентарь и оборудование.                                                                |    |                                         |
|                                                    | В том числе практических занятий                                                                     | 13 |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 9. Выполнение и проведение комплексов упражнений на полусферах Bossu.           | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 10. Выполнение и проведение комплексов упражнений на координационной лестнице.. | 1  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 11. Выполнение и проведение комплексов упражнений с роллами и рингами.          | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 12. Выполнение и проведение комплексов упражнений с болстерами.                 | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 13. Выполнение и проведение комплексов упражнений с бодибарами.                 | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 14. Выполнение и проведение упражнений с аквабегами.                            | 2  |                                         |
|                                                    | Практическое занятие 15. Выполнение и проведение упражнений с сибирским бордом.                      | 2  |                                         |
|                                                    | Практическая подготовка                                                                              | 14 |                                         |

|                                                             |                                                                                                      |       |                                         |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
| Тема 8.6 Йога, Пилатес, стретчинг, калланетика, бодифлекс   | Содержание учебного материала                                                                        | 1     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                             | Особенности занятий йогой, Пилатесом, стретчингом, калланетикой, бодифлексом                         |       |                                         |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                                     | 18    |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 16. Выполнение и проведение комплексов упражнений с ремнями и блоками для йоги. | 2     |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 17. Выполнение и проведение комплексов упражнений Пилатеса.                     | 2     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                             | Практическое занятие 18. Выполнение и проведение комплексов упражнений стретчинга.                   | 2     |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 19. Выполнение и проведение комплексов упражнений калланетики.                  | 2     |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 20. Выполнение и проведение комплексов упражнений бодифлекса.                   | 2     |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 21. Проведение фрагмента урока по фитнесу.                                      | 8     |                                         |
|                                                             | Самостоятельная работа                                                                               | 2     |                                         |
|                                                             | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                           |       |                                         |
|                                                             | Практическая подготовка                                                                              | 18    |                                         |
| Раздел 9. Лапта                                             |                                                                                                      | 28/24 | ОК 01; ОК 02;                           |
| Тема 9.1 Лапта как вид физкультурно-спортивной деятельности | Содержание учебного материала                                                                        | 1     | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08                  |
|                                                             | Правила игры в лапту.                                                                                |       |                                         |
|                                                             | В том числе практических занятий                                                                     | 16    |                                         |
|                                                             | Практическое занятие 1. Техника выполнения и методика обучения перемещениям, перебежкам, финтам.     | 4     |                                         |

|                                                   |                                                                                                            |       |                                         |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------|
|                                                   | Практическое занятие 2. Техника выполнения и методика обучения ударам биты по мячу, подачам                | 6     |                                         |
|                                                   | Практическое занятие 3. Техника выполнения и методика обучения ловле и передачам мяча, осаливанию.         | 6     |                                         |
|                                                   | Практическая подготовка                                                                                    | 17    |                                         |
| Тема 9.2 Лапта на уроке физической культуры       | Содержание учебного материала                                                                              | 3     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                   | Особенности проведения урока лапты в школе.                                                                |       |                                         |
|                                                   | В том числе практических занятий                                                                           | 8     |                                         |
|                                                   | Практическое занятие 4. Проведение фрагмента урока по лапте.                                               |       |                                         |
|                                                   | Самостоятельная работа                                                                                     | 2     |                                         |
|                                                   | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                                                                 |       |                                         |
|                                                   | Практическая подготовка                                                                                    | 9     |                                         |
|                                                   | Практическая подготовка (всего)                                                                            | 26    |                                         |
| Раздел 10. Ручной мяч                             |                                                                                                            | 56/46 |                                         |
| Тема 10.1 Ручной мяч на уроке физической культуры | Содержание учебного материала                                                                              | 10    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08 |
|                                                   | Технические элементы игры в ручной мяч.                                                                    | 4     |                                         |
|                                                   | Тактическая подготовка в ручном мяче.                                                                      | 2     |                                         |
|                                                   | Особенности проведения урока регби в школе.                                                                | 4     |                                         |
|                                                   | В том числе практических занятий                                                                           | 46    |                                         |
|                                                   | Практическое занятие 1. Техника выполнения и методика обучения подбору и ловле мяча, бегу с мячом, схватке | 10    |                                         |
|                                                   | Практическое занятие 2. Техника выполнения и методика обучения захватам сзади                              | 10    |                                         |

|                                                     |                                                                     |         |  |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------|--|
|                                                     | и спереди, падениям, ударам по мячу ногой,                          |         |  |
|                                                     | Практическое занятие 3. Проведение фрагмента урока по ручному мячу. | 12      |  |
|                                                     | Практическое занятие 4. Проведение урока по ручному мячу.           | 14      |  |
|                                                     | Самостоятельная работа                                              | 3       |  |
|                                                     | Подготовка к сдаче контрольных нормативов.                          | 1       |  |
|                                                     | Систематизация и дополнение записей по регби.                       | 2       |  |
|                                                     | Практическая подготовка                                             | 52      |  |
|                                                     | Практическая подготовка (всего)                                     | 52      |  |
| Промежуточная аттестация в форме экзамена.          |                                                                     | 12      |  |
| Практическая подготовка по курсу учебной дисциплины |                                                                     | 928     |  |
| Всего:                                              |                                                                     | 975/865 |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта».  
(универсальный) спортивный зал  
оборудованные открытые спортивные площадки  
плавательный бассейн.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, 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

Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 300 с.

Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.

Баршай, В., Гимнастика : учебник / В. Баршай, М.В. Белавкина, С.Н. Кривсун, В.Н. Курьсь. — Москва : КноРус, 2019. — 312 с.

Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с.

Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с.

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.

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с.

Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с.

Семенов, Л. А. Базовые и инновационные подходы в физическом воспитании: коррекционное развитие кондиционных физических качеств у детей дошкольного возраста / Л. А. Семенов. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 116 с. — ISBN 978-5-507-45383-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302582> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, Л. Н. Шелкова [и др.]. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 180 с. — ISBN 978-5-507-45116-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/284141> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Яковлева, В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Ширинян, А. А. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Практикум по спортивному ориентированию / А. А. Ширинян. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 48 с. — ISBN 978-5-507-44940-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/276638> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 3.2.2. Основные электронные издания

Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст : электронный

Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст : электронный.

Баршай В. Гимнастика : учебник / Баршай В., М., Курьсь В., Н., Павлов И. Б. — Москва : КноРус, 2022. — 312 с. — ISBN 978-5-406-09711-3. — URL: <https://book.ru/book/943651>

Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутыин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL: <https://book.ru/book/940095> (дата обращения: 28.02.2022). — Текст : электронный.

Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст : электронный

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

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476145>

Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и

доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный

### 3.2.3. Дополнительные источники

Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст : электронный

Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Ф. Мишенькина [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 136 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65000.html>

Гандбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Ф. Кириченко [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 164 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65013.html>

4. Легкая атлетика с методикой тренировки : учебно-методическое пособие для СПО / составители С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Саратов : Профобразование, 2019. — 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/86139>

Томилин, К. Г. Игровые виды рекреации (на воде и у воды) : учебное пособие для СПО / К. Г. Томилин, И. Н. Овсянникова. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 170 с. — ISBN 978-5-4488-0275-1, 978-5-4497-0054-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/83824>

Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288с.

Железняк Ю. Д., Нестеровский Д.И., В.А. Иванов и др. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учебных заведений/под ред. Ю.Д. Железняка. - 8-е изд. Перераб.М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 464 с.

Крючек Е. С., Терехина Р. Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студентов высш. проф. образования/- 2-е издание, стер.-М: издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.

Литвинов А.А., Козлов А.В. Ивченко Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. А.А. Литвинова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272с.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Р.Н. Терехина, Е.С.Крючек, Л.В.Люйк и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. - 288 с.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры: учебник для студ. учреждений высш. образования/ - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 272 с.

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

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Методы оценки                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями;</li> <li>- описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>оценка результатов выполнения практических заданий;</li> <li>оценка заданий при проведении текущего контроля;</li> <li>промежуточной аттестации</li> </ul>                        |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике;</li> <li>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>оценка результатов выполнения практических заданий;</li> <li>тестирование;</li> <li>оценка заданий при проведении текущего контроля;</li> <li>промежуточной аттестации</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| упражнений                                                                                                                                                             | выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации | - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
| проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности                                                                          | <p>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия;</p> <p>- применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p> |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.14. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**  
Для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

2025 г.

## **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

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.14. Основы спортивной подготовки

#### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.14. Основы спортивной подготовки является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 08.

#### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

| Код ПК, ОК          | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01, ОК 02, ОК 08 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>- определять этапы решения задачи;</li> <li>- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>- составлять план действия;</li> <li>- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- реализовывать составленный план;</li> <li>- оценивать результат и последствия своих действий;</li> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья,</li> <li>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>- определять возрастные особенности строения организма;</li> <li>- применять знания по врачебному контролю в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</li> <li>- измерять и оценивать физиологические показатели</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- структура плана для решения задач;</li> <li>- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</li> <li>- строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</li> <li>- способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</li> <li>- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>организма человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность;</li> <li>- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой</li> <li>- применять знания по спортивной подготовке при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> </ul> |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                          | Объем в часах |
|-------------------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины          | 56            |
| в т.ч. в форме практической подготовки                      | 12            |
| в т. ч.:                                                    |               |
| теоретическое обучение                                      | 12            |
| практические занятия                                        |               |
| Самостоятельная работа                                      | 44            |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета |               |

## 2.2. 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                                                                     |
| Тема 1.1. Введение. Исходные понятия теории спорта     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                              | 4/1                                                                  | ОК.01, ОК 02, ОК 08                                                   |
|                                                        | Понятие «спорт» в узком и широком смысле. Многообразие видов спорта, их классификация.                                                                                                                     | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | О значении, факторах и тенденциях развития спортивных достижений. Предпосылки достижения высоких спортивных результатов.                                                                                   | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | Социальные функции спорта и основные стороны спортивного движения. Основные формы и направления развития спортивного движения в обществе.                                                                  | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                           | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | Практическое занятие 1. Входной контроль в учебную дисциплину.                                                                                                                                             |                                                                      |                                                                       |
|                                                        | Самостоятельная работа                                                                                                                                                                                     | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | Найти программу предпрофильной подготовки по избранному виду спорта.                                                                                                                                       |                                                                      |                                                                       |
| Тема 1.2. Вводная характеристика спортивной тренировки | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                              | 6/1                                                                  | ОК.01, ОК 02, ОК 08                                                   |
|                                                        | Цель, задачи и характерные черты спортивной тренировки.                                                                                                                                                    | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                        | Средства и методы спортивной тренировки. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения. Методы строго регламентированного упражнения, соревновательный и игровой методы. | 2                                                                    |                                                                       |

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |                     |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|
|                                                | Нагрузка и отдых как компоненты спортивной тренировки.<br>Понятие о тренировочной нагрузке.                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1           |                     |
|                                                | Принципы (закономерности) спортивной тренировки:<br>направленность к максимуму достижений, углубленная специализация и индивидуализация; единство общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывность тренировочного процесса; взаимосвязь постепенности и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразность динамики нагрузок; цикличность тренировочного процесса. | 1           |                     |
|                                                | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>1</b>    |                     |
|                                                | <b>Практическое занятие 2. Подбор средств</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                     |
|                                                | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>1</b>    |                     |
| <b>Тема 1.3. Стороны спортивной тренировки</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>14/5</b> | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                | Общая характеристика содержания спортивной тренировки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1           |                     |
|                                                | Физическая подготовка спортсмена: общая и специальная, их соотношение в тренировочном процессе.                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1           |                     |
|                                                | Развитие физических качеств в спорте: силовые и скоростно-силовые.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1           |                     |
|                                                | Развитие физических качеств в спорте: выносливость, гибкость.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1           |                     |
|                                                | Развитие физических качеств в спорте: координационные способности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1           |                     |
|                                                | Техническая подготовка спортсмена.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1           |                     |
|                                                | Тактическая подготовка спортсмена. Составление плана ведения тактической борьбы в ИВС.                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1           |                     |
|                                                | Психологическая и морально-волевая подготовка спортсмена.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1           |                     |
|                                                | Интеллектуальная и теоретическая подготовка. Интегральная подготовка                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1           |                     |
|                                                | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>5</b>    |                     |
|                                                | <b>Практическое занятие 3. Подбор тестов для определения уровня подготовленности спортсменов.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1           |                     |
|                                                | Составление комплексов упражнений для развития                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2           |                     |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                   |             |                     |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|
|                                                            | специфических физических качеств в избранном виде спорта.                                                                                                                                         |             |                     |
|                                                            | тестирование                                                                                                                                                                                      | 2           |                     |
|                                                            | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                                                                                    | <b>13</b>   |                     |
|                                                            | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                     |             |                     |
|                                                            | Составить схему видов подготовки и технической подготовки по избранному виду спорта.                                                                                                              | <b>1</b>    |                     |
| <b>Тема 1.4. Построение процесса спортивной подготовки</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                              | <b>14/7</b> | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                            | Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное. Задачи планирования. Основные типы и виды тренировочных планов.                                                                           | 1           |                     |
|                                                            | Построение тренировки в многолетних циклах (макроциклах) и в малых циклах (микроциклах). Периодизация спортивной подготовки.                                                                      | 2           |                     |
|                                                            | Формы организации тренировочного процесса: формы подразделения и регламентации занимающихся, формы пространственной ориентации и организационно-методические формы.                               | 2           |                     |
|                                                            | Этапы многолетней подготовки: предварительной подготовки, начальной спортивной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, высших достижений, сохранения достижений. | 1           |                     |
|                                                            | Стадии подготовки спортсмена: базовой подготовки, максимальной реализации индивидуальных возможностей, спортивного долголетия.                                                                    | 1           |                     |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                           | <b>7</b>    |                     |
|                                                            | <b>Практическое занятие 4.</b>                                                                                                                                                                    |             |                     |
|                                                            | Годовое и месячное планирование в группах начальной подготовки.                                                                                                                                   | 4           |                     |
|                                                            | Конспект в зависимости от формы тренировочного занятия, этапа и периода подготовки спортсмена.                                                                                                    | 3           |                     |

|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                             |                     |     |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----|---------------------|
|                                                                                                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                                     | 12                                                                                                          |                     |     |                     |
| Тема 1.5. Соревновательная деятельность и система спортивных соревнований                                                                              | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                               | 3/1                                                                                                         | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Соревнование как основа существования спорта. Основы системы спортивных соревнований.                                                                                                                                                                       | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Содержание и особенности соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности.                                                                                                                                                        | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                            | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Практическое занятие 5. Разработка календаря соревнований для учебно-тренировочных групп.                                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                                     | 3                                                                                                           |                     |     |                     |
| Тема 1.6. Спортивный отбор и ориентация                                                                                                                | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                               | 2-1                                                                                                         | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов. Организация и технология отбора детей для занятий конкретным видом спорта.                                                                                                                       | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Этапы и методы спортивного отбора и их характеристика. Спортивная одаренность и пригодность. Спортивная ориентация детей и подростков как система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена. | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                            | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Определение специфических способностей к занятиям ИВС.                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                             |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Практическая подготовка                                                                                                                                                                                                                                     | 2                                                                                                           |                     |     |                     |
|                                                                                                                                                        | Тема 1.7. Основы управления в системе подготовки спортсменов                                                                                                                                                                                                | Содержание учебного материала                                                                               |                     | 8/4 | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                             | Контроль в системе подготовки спортсмена. Виды контроля и их характеристика: этапный, текущий, оперативный. |                     | 1   |                     |
| Основные формы и организация контроля: контроль тренировочных и соревновательных нагрузок, подготовленности спортсмена, соревновательной деятельности. |                                                                                                                                                                                                                                                             | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
| Разделы и содержание работы тренера, функциональные права и обязанности.                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             | 1                                                                                                           |                     |     |                     |
| Документация тренера групп начальной подготовки.                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                             | 1                                                                                                           |                     |     |                     |

|                                                              |                                                                |              |  |
|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|--|
|                                                              | <b>В том числе практических занятий</b>                        | <b>4</b>     |  |
|                                                              | Разработка плана работы тренера.                               | 1            |  |
|                                                              | Составление расписания тренировочных занятий.                  | 1            |  |
|                                                              | Дифференцированный зачет                                       | 2            |  |
|                                                              | <b>Самостоятельная работа</b>                                  | <b>2</b>     |  |
|                                                              | Подготовка выступлений и презентаций по пройденному материалу. | 1            |  |
|                                                              | Подготовка к дифференцированному зачету.                       | 1            |  |
|                                                              | <b>Практическая подготовка</b>                                 | <b>5</b>     |  |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета. |                                                                |              |  |
| Всего:                                                       |                                                                | <b>30/20</b> |  |

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

**3.1. Для реализации программы** учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: кабинет «Методики физического воспитания», универсальный спортивный зал, мастерская, оснащённые в соответствии с п. 6.1.2.3 основной 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. Обязательные печатные издания**

###### **Основные источники:**

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 15-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 480 с. - ISBN – 9-785-44687-25-65.

###### **Дополнительные источники:**

1. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для ССУЗов / И. С. Барчуков. – Изд. 2-е, доп. – Москва : Физическая культура и спорт, 2012. – 368 с.

2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В. Г. Никитушкин. – Москва : Физическая культура, 2010. – 208 с. - ISBN: 978-5-974-601-309.

3. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. – М.: ООО «Астрель», ООО «АСТ», 2003. - 864 с.

###### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory>
2. [http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p\\_id=11859](http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=11859)
3. <http://www.kgafk.ru/kgufk/html/vopros.html>
4. <http://lesgaft.spb.ru/3208>
5. <http://www.teoriya.ru>

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

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Методы оценки                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный социальный и профессиональный контекст, в котором приходится работать;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- структура плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение и грамотное использование терминологии в области спорта;</li> <li>- аргументированное выражение собственного мнения, согласованное с научными положениями;</li> <li>- грамотное объяснение цели, задач и содержания спортивной подготовки;</li> <li>- назначение и методика спортивной тренировки</li> </ul> | Устный опрос<br>Проверочные работы<br>Решение ситуационных задач<br>Тестирование<br>Дифференцированный зачет                           |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать задачу в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>- определять этапы решения задачи;</li> <li>- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>- составлять план действия; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий;</li> <li>- применять знания по подготовке спортсменов в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять показатели спортивной подготовки, оценивать их с учетом возраста, пола, разряда и отслеживать динамику изменений</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет уровень подготовленности спортсмена;</li> <li>- оперирует спортивными терминами при анализе тренировочного процесса;</li> <li>- применяет знания по спортивной подготовке для составления программы тренировок;</li> <li>- разрабатывает документацию тренера</li> </ul>                                   | Оценка результатов выполнения практической работы.<br>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.<br>Дифференцированный зачет. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.15. ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ**  
для специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

2025 г.

## **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

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.15. Основы врачебного контроля

#### 1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.15. Основы врачебного контроля является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 08.

#### 2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

| Код<br>ПК, ОК       | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01, ОК 02, ОК 08 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>- определять этапы решения задачи;</li> <li>- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>- составлять план действия;</li> <li>- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- реализовывать составленный план;</li> <li>- оценивать результат и последствия своих действий;</li> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья,</li> <li>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>- определять возрастные особенности строения организма;</li> <li>- применять знания по врачебному контролю в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</li> <li>- измерять и оценивать</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- структура плана для решения задач;</li> <li>- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</li> <li>- строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</li> <li>- способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</li> <li>- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | физиологические показатели организма человека;<br>- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность;<br>- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой<br>- применять знания по врачебному контролю при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                          | Объем в часах |
|-------------------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины          | 38            |
| в т.ч. в форме практической подготовки                      | 12            |
| в т. ч.:                                                    |               |
| теоретическое обучение                                      | 12            |
| практические занятия                                        |               |
| Самостоятельная работа                                      | 26            |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета |               |

### 3. 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                                                                     |
| Тема 1.1.<br>Основы врачебного контроля                                | Содержание учебного материала                                                                              | 2/1                                                                  | ОК.01, ОК 02, ОК 08                                                   |
|                                                                        | Цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой и спортом.     | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | В том числе практических занятий                                                                           | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | Практическое занятие 1. Входной контроль в учебную дисциплину.                                             |                                                                      |                                                                       |
|                                                                        | Самостоятельная работа                                                                                     | 2                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | Составление конспекта по теме «История развития, организация врачебного контроля в физическом воспитании». |                                                                      |                                                                       |
| Тема 1.2. Методы определения и оценки физического развития спортсменов | Содержание учебного материала                                                                              | 3/1                                                                  | ОК.01, ОК 02, ОК 08                                                   |
|                                                                        | Учение о физическом развитии. Понятие о генотипе, фенотипе. Телосложение. Конституция.                     | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | Методы исследования. Соматоскопия. Антропометрия. Оценка результатов.                                      | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | В том числе практических занятий                                                                           | 1                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | Практическое занятие 2. Методика антропометрического исследования. Оценка физического развития спортсмена. |                                                                      |                                                                       |
|                                                                        | Практическая подготовка                                                                                    | 2                                                                    |                                                                       |
|                                                                        | Тема 1.3. Функциональное состояние сердечно-                                                               | Содержание учебного материала                                        |                                                                       |
| Характеристика функционального состояния сердечно-                     |                                                                                                            | 1                                                                    |                                                                       |

|                                                                                      |                                                                                                   |     |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------------|
| <b>сосудистой системы</b>                                                            | сосудистой системы.                                                                               |     |                     |
|                                                                                      | Функциональные пробы ССС: гарвардский степ-тест; PWC 170; проба Летунова, Мартине-Кушелевского.   | 1   |                     |
|                                                                                      | <b>В том числе практических занятий</b>                                                           | 2   |                     |
|                                                                                      | <b>Практическое занятие 3.</b> Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы.      |     |                     |
|                                                                                      | <b>Практическая подготовка</b>                                                                    | 3   |                     |
|                                                                                      | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                     |     |                     |
|                                                                                      | Анализ выполненных проб по антропометрии и состоянию сердечно-сосудистой системы.                 | 2   |                     |
| <b>Тема 1.4. Функциональное состояние системы внешнего дыхания</b>                   | <b>Содержание учебного материала</b>                                                              | 4/2 | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                      | Характеристика функционального состояния системы внешнего дыхания.                                | 1   |                     |
|                                                                                      | Определение максимального потребления кислорода (МПК).                                            | 1   |                     |
|                                                                                      | <b>В том числе практических занятий</b>                                                           |     |                     |
|                                                                                      | <b>Практическое занятие 4.</b> Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания.         | 2   |                     |
|                                                                                      | <b>Практическая подготовка</b>                                                                    | 3   |                     |
| <b>Тема 1.5. Функциональное состояние состояния нервной и нервно-мышечной систем</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                              | 5/2 | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                      | Характеристика функционального состояния нервной и нервно-мышечной систем.                        | 1   |                     |
|                                                                                      | Статические и динамические координационные пробы. Исследование анализаторов.                      | 1   |                     |
|                                                                                      | Аппаратное тестирование на InBody – 270.                                                          | 1   |                     |
|                                                                                      | <b>В том числе практических занятий</b>                                                           |     |                     |
|                                                                                      | <b>Практическое занятие 5.</b> Оценка функционального состояния нервной и нервно-мышечной систем. | 2   |                     |
|                                                                                      | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                     |     |                     |
|                                                                                      | Анализ выполненных проб по состоянию нервной, нервно-мышечной и системы внешнего дыхания.         | 2   |                     |

|                                                                                                         |                                                                                                                                |              |                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                         | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                 | <b>3</b>     |                     |
| <b>Тема 1.6. Функциональное состояние пищеварительной, выделительной и эндокринной систем организма</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                           | <b>2/0</b>   | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                                         | Характеристика функционального состояния пищеварительной, выделительной и эндокринной систем организма.                        | 2            |                     |
|                                                                                                         | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                 | <b>1</b>     |                     |
| <b>Тема 1.7. Самоконтроль спортсмена</b>                                                                | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                           | <b>2/0</b>   | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                                         | Назначение и методика проведения простейших функциональных проб.                                                               | 1            |                     |
|                                                                                                         | Методы самоконтроля. Дневник самоконтроля.                                                                                     | 1            |                     |
|                                                                                                         | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                 | <b>1</b>     |                     |
| <b>Тема 1.8. Антидопинговый контроль</b>                                                                | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                           | <b>4/0</b>   | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                                         | Допинг, общее представление, опасности.                                                                                        | 1            |                     |
|                                                                                                         | Классификация допинговых препаратов и процедур.                                                                                | 1            |                     |
|                                                                                                         | Антидопинговый контроль.                                                                                                       | 2            |                     |
|                                                                                                         | <b>Практическая подготовка</b>                                                                                                 | <b>1</b>     |                     |
| <b>Тема 1.9. Врачебный контроль в массовой физической культуре и спорте</b>                             | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                           | <b>4/2</b>   | ОК.01, ОК 02, ОК 08 |
|                                                                                                         | Врачебный контроль за детьми и юношами, за юными спортсменами; за женщинами, за взрослыми, занимающимися физической культурой. | 1            |                     |
|                                                                                                         | Врачебно-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий и на соревнованиях.                                        | 1            |                     |
|                                                                                                         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                        | <b>2</b>     |                     |
|                                                                                                         | <b>Практическое занятие 6. Дифференцированный зачет.</b>                                                                       |              |                     |
|                                                                                                         | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                  | <b>2</b>     |                     |
|                                                                                                         | Подготовка к дифференцированному зачету.                                                                                       |              |                     |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.                                            |                                                                                                                                |              |                     |
| Всего:                                                                                                  |                                                                                                                                | <b>30/10</b> |                     |

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

**3.1. Для реализации программы** учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: кабинет «Анатомии и физиологии и гигиены», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 основной образовательной программы по специальности; лаборатория физической и функциональной диагностики, оснащённая в соответствии с п. 6.1.2.3 основной образовательной программы по специальности.

#### **4. 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. Обязательные печатные издания**

###### **Основные источники:**

1. Ачкасов, Е. Е. Врачебный контроль в физической культуре: учебное пособие / Е. Е. Ачкасов. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. – 128 с. – ISBN: 978-5-9704-4767-3.
2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина: учебное пособие / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. – Москва : Человек, 2018. – 712 с. – ISBN: 978-5-906839-52-7.
3. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учебное пособие для СПО / В. Б. Рубанович. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 253 с. – ISBN: 978-5-534-11150-7.

###### **Дополнительные источники:**

5. Макарова Г. А. Спортивная медицина / Г. А. Макарова. – 4-е изд., стереотип. – Москва : Советский спорт, 2009. – 480 с.
6. Практические занятия по врачебному контролю: пособие для институтов физической культуры / под общ. ред. А.Г. Дембо. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 120 с.

###### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://zdorovie.ru>.
2. <http://www.cardiodens.ru/lfk>
3. [http://cnit.ssau.ru/kadis/osnov\\_set/index.htm](http://cnit.ssau.ru/kadis/osnov_set/index.htm)).

## 7. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Методы оценки                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> <li>- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение и грамотное использование терминологии в области врачебного контроля;</li> <li>- аргументированное выражение собственного мнения, согласованное с научными положениями;</li> <li>- грамотно поясняет цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;</li> <li>- назначение и методику проведения простейших функциональных проб</li> </ul>                                                                                                                                                                                 | Устный опрос,<br>Проверочные работы,<br>Решение ситуационных задач;<br>Тестирование<br>д/зачет                  |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>-распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>составлять план действия; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий</li> <li>-применять знания по _____ в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>-оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений;</li> <li>-определяет антропометрические показатели, применяет знания по _____ для составления программы тренировок;</li> <li>-применение и использование методик для определения показателей различных систем организма человека; Измерение АД, пульса, ЧДД и др.;</li> <li>- применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных функциональных проб для определения и оценивания функционального</li> </ul> | Оценка результатов выполнения практической работы<br>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.<br>д/з |

|                                                                                                                                                                                                                            |           |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| изменений;<br>- измерять и оценивать<br>физиологические показатели<br>организма человека;<br>- проводить простейшие<br>функциональные пробы и<br>оценивать функциональное<br>состояние человека и его<br>работоспособность | состояния |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|