Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Логинова Людмила Фёдоровна
Должность: Директор
Дата подписания: 17.12.2021 16:19:45
Уникальный программный ключ:
80d29d5cd2cec08f43bbdd398af5d0d3de192aa9

Автономная некоммерческая организация профессионального образования
«Московский областной гуманитарно-социальный колледж»

УТВЕРЖДЕНА
заседанием Педагогического Совета
протокол № 6 от 25.06.2020 г.
приказ директора об утв. ППССЗ
№ 06-03/63 П от26.06.2020 г.
Директор _____ Логинова Л.Ф.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.5 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по программе подготовки специалистов среднего звена специальности
44.02.02 «Преподавание в начальных классах»

Квалификация – УЧИТЕЛЬ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

углубленная подготовка

Красково – 2020

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 44.02.02 – Преподавание в начальных классах

Организация – разработчик: Автономная некоммерческая организация профессионального образования «Московский областной гуманитарно-социальный колледж»

Разработчики:

_____ _____ Блохина Е.В.

ученая степень, звание *подпись*

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании Предметно-цикловой комиссии «Общих дисциплин профессиональной подготовки» протокол № 6 от «23» июня 2020 г.

Председатель Предметно-цикловой комиссии

К.ф.н., доц. _____ Савчук Р.Р.

ученая степень, звание *подпись*

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы дисциплины
2. Структура и содержание программы дисциплины
3. Условия реализации программы дисциплины
4. Контроль и оценка результатов освоения программы дисциплины

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.02 «Преподавание в начальных классах».

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл- ОГСЭ.05

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни.

Дисциплина способствует формированию и развитию у обучающихся компетенций:

общие компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

Профессиональные компетенции:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.
ПК 1.2. Проводить уроки.
ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.
ПК 2.2. Проводить внеурочные занятия.
ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.
ПК 3.3. Проводить внеклассные мероприятия.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 396 час, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 198 часов;
самостоятельной работы обучающегося 198 часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**396**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	**198**
в том числе:	
практические занятия	**198**
теоретические занятия	**-**
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	**198**
Форма контроля: **зачет и контрольные работы**	

2.2.Тематический план и содержание программы дисциплины «ОГСЭ.05 Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
Легкая атлетика			
Занятие 1	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники специальных беговых упражнений. ОФП. Прыжковые упражнения.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Изучение правил соревнований по легкой атлетике	**8**	**3**
Занятие 2	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Техника высокого и низкого стартов. Контрольно-зачетные нормативы: бег 30м, 60м.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Изучение правил соревнований по легкой атлетике	**8**	**3**
Занятие 3	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Обучение технике эстафетного бега. Подвижные игры.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по бегу	**8**	**3**
Занятие 4	**Практические занятия:** ОРУ Совершенствование техники бега на средние дистанции. Совершенствование техники эстафетного бега. Контрольно-зачетные нормативы: бег 100 **м.** Подвижные игры.	**10**	**2**
	Самостоятельная работа: Посещение спортивных секций по легкой атлетике. Участие в различных спортивных мероприятиях	**10**	**3**
Занятие 5	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники метания гранаты. Обучение техники прыжка в длину с разбега. Контрольно-зачетные нормативы: бег на средние дистанции. Подвижные игры.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Посещение спортивных секций по легкой атлетике. Участие в различных спортивных мероприятиях.	**8**	**3**
Занятие 6	**Практические занятия:**	**9**	**2**

	ОРУ. Совершенствование техники метания гранаты. Демонстрация техники эстафетного бега. Контрольно-зачетные нормативы: СБУ. Подвижные игры.		
	Самостоятельная работа: Посещение спортивных секций по легкой атлетике. Участие в различных спортивных	**9**	**3**
Занятие 7	**Практические занятия:** ОРУ. Легкоатлетические эстафеты. Демонстрация техники прыжка в длину с разбега. Контрольно-зачетные нормативы: метание гранаты с полного разбега. Подвижные игры.	**10**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по метанию гранаты	**10**	**3**
Занятие 8	**Практические занятия:** ОРУ. Легкоатлетические эстафеты. Демонстрация техники прыжка в длину с разбега. Контрольно-зачетные нормативы: метание гранаты с полного разбега.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по метанию гранаты	**8**	**3**
Волейбол. ***ОФП***			
Занятие 9	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники приема и передачи сверху двумя руками. Контрольно-зачетные нормативы: двоеборье, челночный бег 4х15 м. ОФП: техника скоростно-силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию.	**9**	**2**
	Самостоятельная работа: Изучение правил соревнований по волейболу	**9**	**3**
Занятие 10	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху двумя руками. ОФП: техника выполнения упражнений силового характера. Контрольно-зачетные нормативы: передача мяча сверху двумя руками, подтягивание. Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Посещение спортивной секции по волейболу	**8**	**3**
Занятие 11	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование технике приема и передачи мяча снизу двумя руками. ППФП: техникой выполнения упражнений для развития физических качеств и двигательных способностей. Контрольно-зачетные нормативы: передача мяча сверху двумя руками, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	**8**	**2**

	Самостоятельная работа: Посещение спортивной секции по волейболу	**8**	**3**
Занятие 12	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники подачи мяча. ОФП. Контрольно-зачетные нормативы: Прием и передачи мяча снизу двумя руками, прыжки через скакалку Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Составление комплекса физических упражнений для работников умственного труда.	**8**	**3**
Занятие 13	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники и тактики двусторонней игры Контрольно-зачетные нормативы: подача мяча, прыжок в длину с места, челночный бег 4х15 м. Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Разработка комплекса упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, упражнений на подвижность и координацию.	**8**	**3**
Баскетбол ***ОФП***			
Занятие 14	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники ведения и передачи мяча. ОФП: техника скоростно-силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию. Контрольно-зачетные нормативы: прыжки на скакалке. Подвижные игры.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Изучение правил соревнований по баскетболу	**8**	**3**
Занятие 15	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники ведения и передачи мяча. ППФП: техника выполнения упражнений для развития физических качеств и двигательных способностей. Контрольно-зачетные нормативы: сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Изучение правил соревнований по баскетболу	**8**	**3**
Занятие 16	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники ведения и броска мяча в корзину. ОФП: техника выполнения упражнений силового характера. Контрольно-зачетные нормативы: ведение мяча между стоек. Подвижные игры.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Разработка комплекса упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, упражнений на подвижность и координацию.	**8**	**3**

Занятие 17	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники ведения и броска мяча в корзину. ОФП. Контрольно-зачетные нормативы: поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Составление комплекса физических упражнений для работников умственного труда	**8**	**3**
Занятие 18	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники штрафных бросков. Совершенствование техники комбинационных действий защиты и нападения ОФП. Контрольно-зачетные нормативы: ведение и бросок мяча в корзину. Подтягивание. Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Посещение спортивной секции по баскетболу, участие в соревнованиях по баскетболу.	**8**	**3**
Занятие 19	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники штрафных бросков. ППФП. Совершенствование техники комбинационных действий защиты и нападения Контрольно-зачетные нормативы: ведение и бросок мяча в корзину. Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Посещение спортивной секции по баскетболу, участие в соревнованиях по баскетболу.	**8**	**3**
Занятие 20	**Практические занятия:** ОРУ. Эстафеты с баскетбольными мячами. Контрольно-зачетные нормативы: штрафные броски, челночный бег 10х15м. Учебная игра.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по баскетболу.	**8**	**3**
Легкая атлетика			
Занятие 21	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Техника высокого и низкого стартов. Контрольно-зачетные нормативы: бег 30м, 60м.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по бегу	**8**	**3**
Занятие 22	**Практические занятия:** ОРУ. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Контрольно-зачетные нормативы: бег 100 м.Подвижные игры.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по бегу	**8**	**3**
Занятие 23	**Практические занятия:**	**8**	**2**

	ОРУ. Совершенствование техники метания гранаты. Демонстрация техники эстафетного бега. Контрольно-зачетные нормативы: бег на средние дистанции.		
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по прыжкам в длину с разбега	**8**	**3**
Занятие 24	**Практические занятия:** ОРУ. Легкоатлетические эстафеты. Демонстрация техники прыжка в длину с разбега. Контрольно-зачетные нормативы: метание гранаты.	**8**	**2**
	Самостоятельная работа: Судейство соревнований по метанию гранаты	**8**	**3**
	Всего:	**396**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины Физической культуры требует наличие: спортивный комплекс: спортивный зал для проведения учебных занятий (практические занятия) укомплектован: шведские стенки, баскетбольные щиты, маты, гимнастические скамейки, обручи, скакалки, мячи.

Тренажерный зал; для проведения учебных занятий (практические занятия) укомплектован: тренажеры, штанги, гантели, атлетическое оборудование.

Зал ритмики и хореографии для проведения учебных занятий (практические занятия) укомплектован: зеркала гимнастические, маты, хореографический станок, мячи, скакалки, обручи, гимнастические коврики, переносная аудио аппаратура.

Стрелковый тир (электронный), помещение для проведения учебных занятий (практические занятия) укомплектован: электронные мишени, пистолеты, огневые рубежи.

Многофункциональная игровая площадка для проведения учебных занятий (практические занятия) укомплектован: баскетбольные щиты, волейбольная сетка, ворота.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий укомплектован: спортивное ядро, футбольное поле, хоккейная коробка, игровая площадка, полоса препятствий.

Кабинет теории и методики физического воспитания для проведения учебных занятий укомплектован: специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям стол ученический двухместный, стул ученический, стол для преподавателя,; стул для преподавателя, магнитная доска, шкаф двустворчатый, техническими средствами обучения (переносная аудио и видеоаппаратура), наглядные пособия – таблицы для оформления кабинета, плакаты, учебные материалы. микроскоп.

3.2. Методические рекомендации к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы

Самостоятельная работа - это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа выполняет ряд функций, среди которых особенно выделяются:

- развивающая (повышение культуры умственного труда, приобщение к творческим видам деятельности, обогащение интеллектуальных способностей студентов);
- ориентирующая и стимулирующая (процессу обучения придается ускорение и мотивация);
- воспитательная (формируются и развиваются профессиональные качества специалиста);
- исследовательская (новый уровень профессионально-творческого мышления);
- информационно-обучающая (учебная деятельность студентов на аудиторных занятиях).

Одним из основных видов деятельности студента является самостоятельная работа, которая включает в себя изучение лекционного материала, учебников и учебных пособий, первоисточников, подготовку сообщений, выступления на групповых занятиях, выполнение заданий преподавателя.

Целью самостоятельных занятий является самостоятельное более глубокое изучение студентами отдельных вопросов курса с использованием рекомендуемой дополнительной литературы и других информационных источников.

Задачами самостоятельной работы студентов являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

Внеаудиторная самостоятельная работа включает такие формы работы, как:

1. Индивидуальные занятия (домашние занятия):
- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- выполнение контрольных работ;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- составление плана и тезисов ответа на лекции;
- выполнение тестовых заданий;
- решение задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, рефератов;
- работа с компьютерными программами;
- подготовка к зачету (дифференцированному зачету), экзамену и другим формам контроля.

2. Групповая самостоятельная работа студентов:
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, деловые игры);
- анализ деловых ситуаций (мини-кейсов) и др.;
- участие в Интернет - конференциях.

3. Получение консультаций для разъяснений по вопросам изучаемой дисциплины.

Наиболее часто при изучении дисциплины используются следующие виды самостоятельной работы студентов:
- поиск (подбор) литературы (в том числе электронных источников информации) по заданной теме;
- подготовка рефератов;
- подготовка докладов.

Реферат - форма письменной работы. Как правило, реферат является самостоятельным библиографическим исследованием студента, носящим описательно-аналитический характер. Объем реферата может достигать 10-15 страниц. Подготовка реферата подразумевает самостоятельное изучение студентом нескольких литературных источников (монографий, научных статей и т.д.) по теме, не рассматриваемой подробно на лекции,

систематизацию материала и краткое его изложение. Цель написания реферата - привитие навыков краткого и лаконичного представления собранных материалов и фактов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам, обзорам и статьям.
Работа студента над рефератом включает следующие операции:
- рассмотрение темы (по её названию);
- выявление литературных источников по данной теме;
- ознакомление с содержанием источников, направленным на осмысление его внешней и внутренней структуры;
- работа над выделением главных смысловых компонентов текста (ключевых слов и предложений);
- отбор наиболее важных сведений из выделенных фрагментов;
- составление «связок» из отобранного материала в соответствии с логикой изложения фактов;
- написание реферата.
Реферат в структурном отношении должен включать:
- содержание;
- введение;
- собственно реферативную часть (изложение основных положений по плану с соответствующими названиями и нумерацией);
- заключение;
- список использованной литературы.
Текст реферата должен иметь связанное, цельное построение. Содержание реферата должна пронизывать главная идея, которая объединяет все информационные элементы источников, а также приводимые факты. При этом допускается сохранение отдельных структурных элементов оригинала. Однако не допустимо простое переписывание положение литературных источников. Язык должен быть кратким, ясным, доступным.
Реферат оценивается исходя из следующих критериев:
- поставлена ли цель в работе;
- сумел ли студент самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его;
- каков научный уровень реферата;
- собран ли достаточный фактический материал;
- удалось ли раскрыть тему;
- показана ли связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества, со специальностью студента;
- каков авторский вклад в систематизацию, структурирование материала, в составлении заключения; - достигнута ли цель работы.
Углубленному изучению материала по отдельным разделам дисциплины способствует подготовка студентами докладов.
Доклад – это самостоятельная работа, анализирующая и обобщающая публикации по заданной тематике, предполагающая выработку и обоснование собственной позиции автора в отношении рассматриваемых

вопросов. Написанию доклада предшествует изучение широкого круга первоисточников, монографий, статей, обобщение личных наблюдений. Работа над докладом способствует развитию самостоятельного, творческого мышления, учит применять полученные знания на практике при анализе различных актуальных проблем. Рекомендуемое время доклада - 10-12 минут.

Непременным условием закрепления теоретических и практических знаний студентов является выполнение ими домашних заданий.

Колледж обеспечивает учебно-методическую и материально-техническую базу для организации самостоятельной работы студентов.

Библиотека колледжа обеспечивает:

- учебный процесс необходимой литературой и информацией (комплектует библиотечный фонд учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с учебными планами и программами, в том числе на электронных носителях);
- доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

Предметно-цикловые комиссии разрабатывают: учебно-методические материалы, программы, пособия, материалы по учебным дисциплинам в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами. Учебные программы раскрывают рекомендуемый режим и характер различных видов учебной работы (в том числе самостоятельной работы над рекомендованной литературой). Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой колледжа, где они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки колледжа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу по абонементу в библиотеке колледжа, а также воспользоваться читальным залом.

3.3 Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

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, 2020. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/465965

Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/448586

Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/448769

Дополнительная литература

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06071-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454184

Пельменев, В. К. История физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 184 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13023-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/448720

Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/456547

Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/456955

Электронные источники информации

- *Интернет ресурсы*

1. http://e.lanbook.com/books/element.php?pll_cid=25&pll_id=4085
2. Электронный учебник: «Основы физической культуры в вузе», авторы: Богданов В.М., Пономарев В.С., Соловьев А.В. Самарский областной центр новых информационных технологий (ЦНИТ СГАУ). – http://cnit.ssau.ru/kadis/oknov set/.
3. Физическая культура – http://fizrazvitie.ru

- *Информационно-справочные и поисковые системы*

4. Научно-методический журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
5. Научно-методический журнал «Вестник спортивной науки»
6. Сайт Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту
7. Энциклопедия спорта

Периодические издания, труды, сборники конференций (библиотека ГСИ)

1. Ежемесячный журнал «Физкультура и спорт»
2. Ежемесячный научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; **Знания**: - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни.	Сдача контрольно-зачетных нормативов, участие в спортивных мероприятиях, судейство соревнований по легкой атлетике, волейболу и баскетболу. Демонстрация различных комплексов упражнений на оценку.