

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»
(РУТ (МИИТ))

Московский колледж транспорта



Рабочая программа учебной дисциплины,
как компонент образовательной программы среднего
профессионального образования - программы СПО
по специальности
Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям),
утвержденная директором колледжа РУТ (МИИТ)
Разинкиным Н.Е.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.11 Физическая культура

по специальности - 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)»

Рабочая программа
учебной дисциплины в виде электронного документа
выгружена из единой корпоративной информационной
системы управления университетом и соответствует
оригиналу

Простая электронная подпись, выданная РУТ (МИИТ)
ID подписи: 160401 Дата: 24.02.2022
Подписал: директор колледжа Разинкин Николай
Егорович

Москва 2022

ОДОБРЕНА
Предметной (цикловой) комиссией
Протокол от «24» февраля 2022 г. №
32
Председатель
_____ Е.Р. Титова

Разработана в соответствии с
Федеральным государственным
образовательным стандартом
среднего профессионального
образования по специальности
38.02.01 «Экономика и бухгалтерский
учет (по отраслям)».

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

«»

«»

Составитель:

Кочетов Виктор Васильевич – преподаватель Московского колледжа
транспорта

Рецензенты:

В.С. Гусакова – к.п.н., руководитель физического воспитания ГАПОУ МОК
имени Виктора Талалихина

Г.Л. Комарова – преподаватель МКТ

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ЦИКЛА ОГСЭ.11 Физическая культура**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.11

Физическая культура

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины ОГСЭ.11 "Физическая культура" является частью основной профессиональной образовательной программы ФГОС СПО и разработана в соответствии ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина относится к циклу ОГСЭ программы подготовки специалистов среднего звена, направлена на формирование профессиональных и общих компетенций.

Перечень формируемых результатов освоения образовательной программы (компетенций) в результате обучения по дисциплине:

- ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
- ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
- ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

1.3. Цели и задачи дисциплины — требования к результатам освоения дисциплины

Обучение по дисциплине цикла ОГСЭ.10 "Физическая культура" предполагает, что по его результатам обучающийся будет:

Знать роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;

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

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 160 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 160 часов;
- самостоятельной работы обучающегося часов.

1.5. Использование часов вариативной части ППСЗ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	160
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	152
в том числе:	
Лекция	8
Практическое занятие	144
Итоговая аттестация в форме зачета	6
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание дисциплины цикла ОГСЭ.11 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
Введение		1		
Тема 1	Содержание учебного материала: Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание	1		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
Раздел		69		
Тема 2.1 Легкая атлетика	Содержание учебного материала:	11		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Содержание учебного материала Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Правила техники безопасности при занятии физической культурой.	1	2	
	Практическое занятие 1 Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2	3	
	Практическое занятие 2 Бег 100 м, эстафетный бег 4x100 м, 4x400 м.	2	3	
	Практическое занятие 3 Бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	2	3	
	Практическое занятие 4 Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	3	
	Практическое занятие 5 Прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной.	2	3	
Тема 2.2 Гимнастика с	Содержание учебного материала:	12		ОК 03., ОК 05., ОК 08.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
использованием гимнастических упражнений и гимнастических снарядов				
	Практическое занятие 6 Комплекс силовых упражнений на плечевой пояс.	2	3	
	Практическое занятие 7 Освоение техникой комплексных упражнений на верхний плечевой пояс.	2	3	
	Практическое занятие 8 Развитие силовой выносливости.	2	3	
	Практическое занятие 9 Комплекс силовых упражнений.	2	3	
	Практическое занятие 10 Общеразвивающие упражнения в движении. Упражнения для развития гибкости.	2	3	
	Практическое занятие 11 Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, большой скакалкой.	2	3	
Тема 2.3 Спортивные игры. Волейбол	Содержание учебного материала:	8		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 12 Волейбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2	3	
	Практическое занятие 13 Совершенствование стойки в волейболе, перемещению по площадке, приём-передача мяча 2-я сверху и снизу. Совершенствование подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	Практическое занятие 14 Совершенствование приёма-передачи мяча 2-я сверху и снизу через сетку, подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.	2	3	
	Выполнение нормативов. Зачет	2		
Тема 2.4 Спортивные игры. Баскетбол	Содержание учебного материала:	14		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Баскетбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2		
	Практическое занятие 15 Баскетбол – техника игры в нападении – перемещение, бег обычный и приставными шагами с изменением направления и скорости, старты, прыжки, остановки, повороты	2	3	
	Практическое занятие 16 Владение мячом, ловля и передача на месте и в движении.	2	3	
	Практическое занятие 17 Броски в кольцо: со штрафной линии. Броски в кольцо с разных мест на площадке. Броски в кольцо с ведением.	2	3	
	Практическое занятие 18 Совершенствование правилам игры в баскетбол, техники безопасности во время игры. Перемещение по площадке. Двусторонняя игра.	2	3	
	Практическое занятие 19 Совершенствование перемещениям по площадке, ведению мяча, передачи мяча (двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку). Совершенствование двусторонней игре.	2	3	
	Практическое занятие 20	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	Совершенствование индивидуальным действиям игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Стрит -бол			
Тема 2.5 Спортивные игры Мини - Футбол.	Содержание учебного материала:	16		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 21 Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой.	2	3	
	Практическое занятие 22 Приём мяча: ногой, головой. Удары по воротам. Обманные движения. Обводка соперника, отбор мяча	2	3	
	Практическое занятие 23 Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 24 Совершенствование правилам игры в мини -футбол, техники безопасности во время игры. Перемещения по полю. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 25 Совершенствование перемещению по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Ударам по мячу ногой, головой. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 26 Совершенствование остановки мяча ногой. Приёма мяча: ногой, головой. Ударам 2 по воротам. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 27 Совершенствование остановки мяча ногой. Приёма мяча: ногой, головой. Ударам 2 по воротам. Учебная игра	2	3	
	Практическое занятие 28 Совершенствование обманным движениям. Обводки	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	соперника, отбора мяча. Учебная игра			
Тема 2.6 Силовая подготовка	Содержание учебного материала:	8		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 29 Упражнения на перекладине: подтягивание (узким и широким хватом). Выход с силой.	2	3	
	Практическое занятие 30 Отжимание. Подтягивание. Сгибание рук в упоре на параллельных брусьях. Поднимание туловища, ног.	2	3	
	Практическое занятие 31 Упражнения с отягощениями (гантели, диски, штанга). Упражнения на тренажерах. Развитие силы и силовой выносливости. Силовые упражнения для укрепления мышц верхних, нижних конечностей, мышц спины и живота	2	3	
	Выполнение нормативов. Зачет	2		
Тема 3.1 Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Содержание учебного материала:	2		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Физические способности человека и их развитие	2	2	
Тема 3.2 Легкая атлетика	Содержание учебного материала:	10		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 1	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.			
	Практическое занятие 2 Бег 100 м, эстафетный бег 4x100 м, 4x400 м.	2	3	
	Практическое занятие 3 Бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	2	3	
	Практическое занятие 4 Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	3	
	Практическое занятие 5 Прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной.	2	3	
Тема 3.3 Гимнастика с использованием гимнастических упражнений и гимнастических снарядов	Содержание учебного материала:	14		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 6 Комплекс силовых упражнений на плечевой пояс.	2	3	
	Практическое занятие 7 Освоение техникой комплексных упражнений на верхний плечевой пояс.	2	3	
	Практическое занятие 8 Развитие силовой выносливости.	2	3	
	Практическое занятие 9 Комплекс силовых упражнений.	2	3	
	Практическое занятие 10 Общеразвивающие упражнения в движении. Упражнения для	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	развития гибкости.			
	Практическое занятие 11 Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, большой скакалкой.	2	3	
	Практическое занятие 12 Строевые и порядковые упражнения. Акробатические упражнения на матах: упражнения на гибкость, кувырок назад. Упражнения на бревне – равновесие. Упражнение на гимнастической стене. Игровые эстафеты.	2	3	
Тема 3.4 Спортивные игры. Волейбол	Содержание учебного материала:	14		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 13 Правила техники безопасности игры.	2	3	
	Практическое занятие 14 Совершенствование стойки в волейболе, перемещению по площадке, приём-передача мяча 2-я сверху и снизу. Совершенствование подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.	2	3	
	Практическое занятие 15 Совершенствование приёма-передачи мяча 2-я сверху и снизу через сетку, подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.	2	3	
	Практическое занятие 16 Совершенствование приёму мяча, передачи мяча, нападающим ударам. Блокированию нападающего удара. Страховка у сетки. Двусторонняя игра.	2	3	
	Практическое занятие 17 Совершенствование расстановки игроков и тактики игры в защите, в нападении. Двусторонняя игра	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	Практическое занятие 18 Совершенствование подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Двусторонняя игра	2	3	
	Практическое занятие 19 Совершенствование расстановки игроков и тактики игры в защите, в нападении. Двусторонняя игра	2	3	
Тема 3.5 Спортивные игры. Баскетбол	Содержание учебного материала:	12		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 20 Баскетбол – техника игры в нападении – перемещение, бег обычный и приставными шагами с изменением направления и скорости, старты, прыжки, остановки, повороты	2	3	
	Практическое занятие 21 Владение мячом, ловля и передача на месте и в движении.	2	3	
	Практическое занятие 22 Броски в кольцо: со штрафной линии. Броски в кольцо с разных мест на площадке. Броски в кольцо с ведением.	2	3	
	Практическое занятие 23 Совершенствование правилам игры в баскетбол, техники безопасности во время игры. Перемещение по площадке. Двусторонняя игра.	2	3	
	Практическое занятие 24 Совершенствование перемещениям по площадке, ведению мяча, передачи мяча (двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку). Совершенствование двусторонней игре.	2	3	
	Практическое занятие 25 Совершенствование индивидуальным действиям игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков.	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	Стрит -бол			
Тема 3.6 Спортивные игры. Настольный теннис.	Содержание учебного материала:	4		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 26 Правила игры в настольный теннис, техники безопасности во время игры. Односторонняя игра	2		
	Практическое занятие 27 Совершенствование техническим приёмам: подача, подрезка, срезка, накат, поставка, топ-спин, топс-удар, сеча. Двухсторонняя игра	2	3	
Тема 3.7 Спортивные игры Мини - Футбол.	Содержание учебного материала:	20		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Практическое занятие 28 Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой.	2	3	
	Практическое занятие 29 Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой.	2	3	
	Практическое занятие 30 Приём мяча: ногой, головой. Удары по воротам. Обманные движения. Обводка соперника, отбор мяча	2	3	
	Выполнение нормативов. Зачет	2		
	Практическое занятие 31 Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 32 Совершенствование правилам игры в мини -футбол, техники	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	безопасности во время игры. Перемещения по полю. Учебная игра.			
	Практическое занятие 33 Совершенствование перемещению по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Ударам по мячу ногой, головой. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 34 Совершенствование остановки мяча ногой. Приёма мяча: ногой, головой. Ударам 2 по воротам. Учебная игра.	2	3	
	Практическое занятие 35 Совершенствование остановки мяча ногой. Приёма мяча: ногой, головой. Ударам 2 по воротам. Учебная игра	2	3	
	Практическое занятие 36 Совершенствование обманным движениям. Обводки соперника, отбора мяча. Учебная игра	2	3	
Тема 3.8 Силовая подготовка	Содержание учебного материала:	14		ОК 03., ОК 05., ОК 08.
	Физическая подготовка. Определение понятия «сила». Виды силовых способностей. Основные правила направленного развития скоростных способностей. Виды силовых способностей и специфика их проявления в различных видах.	2	3	
	Практическое занятие 37 Упражнения на перекладине: подтягивание (узким и широким хватом), поднимание и опускание ног в висе	2	3	
	Практическое занятие 38 Отжимание. Подтягивание. Сгибание рук в упоре на параллельных брусьях. Поднимание туловища, ног.	2	3	
	Практическое занятие 39 Упражнения на брусьях: передвижение на брусьях в упоре на руках, сгибание и разгибание рук в упоре, поднимание и	2	3	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
	опускание ног в упоре			
	Практическое занятие 40 Упражнения с отягощениями (гантели, диски, штанга).	2	3	
	Практическое занятие 41 Упражнения на тренажерах. Развитие силы и силовой выносливости.	2	3	
	Выполнение нормативов. Зачет	2		
	Всего:	160		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Учебная дисциплина реализуется в спортивном комплексе: спортивный зал; открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Минимально необходимое материально-техническое обеспечение включает в себя:

Спортивный зал: спортивное табло, конь, козел, бревно, разновысокие брусья, 6 баскетбольных щитов с корзинами, сейф, мячи баскетбольные, волейбольные, скакалки, 6 столов для настольного тенниса, 4 гимнастические лестницы, тренажер для пресса, 2 штанги с блинами, ворота футбольные – 2 шт., стойки волейбольные - 2шт, стойки большого тенниса – 2 шт.

Гимнастический зал.

Мультимедийное оборудование:

- Мобильный ПК HP 2000 Notebook PC 2000-2d55SR
- Процессор Intel Celeron 1000M (1,8 ГГц), жесткий диск 320 Гб, ОЗУ 4 Гб DDR3

- Мультимедийный проектор SANYO PLC-XU47

- Музыкальный центр

- Экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений

- Аудиосистема (выносные колонки для ПК) Sven SPS-702

- Микрофон Shure BLX2/SM58 M17

Электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

Гимнастический помост (борцовский настил), 6 зеркал, маты - 8шт, мячи набивные, скакалки, 6 гимнастических лестниц, обручи, съемная перекладина, гантели (40 пар) гимнастические палки;

Тренажерный зал общефизической подготовки.

Тренажер «Бабочка», скамья для пресса, 5 гимнастических лестницы, тренажер для плечевого пояса, тренажер для ног, перекладина – 2 шт., стойка с грифами и блинами, скамья «Скотта», резиновое покрытие, стойка для гантелей (2, 3, 6 кг.), тренажерный комплекс для отдельных групп мышц, 6 зеркал.

Тренажерный зал: 2 беговые дорожки, скамья для пресса, 2 гимнастических лестницы, тренажер для плечевого пояса, тренажер для ног, 1 стойка с грифами и блинами, тренажерный комплекс для отдельных групп мышц, маты, 10 зеркал, музыкальный центр.

Зал для занятий студентов специальной медицинской группы

Ковровое покрытие. 10 зеркал, маты, скакалки, 4 гимнастические лестницы, обручи, гантели (10 пар), гимнастические палки, музыкальный центр, стол для армрестлинга, стол для массажа, комплекс подтягивания (3 перекладины).

Электронный тир 2304.

Мультимедийное оборудование (ПК, мультимедийный проектор, звуковая система, экран).

Электронный лазерный тренажер (тир): лазерный автомат Калашникова - 1 шт.; лазерный пистолет Макарова - 1 шт.; лазерная винтовка МР – 2 шт.; управляющая программа; обучающее программное обеспечение с электронным USB ключом защиты программы:

- лазерное считывающее устройство – 1 шт.
- акустическая система – 1 шт.
- проекционный экран – 1 шт.

Для проведения теоретических занятий используется кабинет «Безопасности жизнедеятельности»

Рабочее место преподавателя (стол, кресло, персональный компьютер, локальная сеть с выходом в Internet).

Посадочные места на 25 обучающихся

Мультимедийное оборудование: ПК (системный блок – процессор Intel core 2 duo 6300, 1,86 ГГц, ОЗУ 3 Гб, монитор, клавиатура, мышь); мультимедийный проектор MITSUBISHI; звуковая система, экран/

Тренажер для отработки навыков по оказанию первой медицинской помощи при остановке сердца и искусственной вентиляции легких «АННА».

Макет массо-габаритный АК-74 (2 шт.)

Тренажер по оказанию первой медицинской помощи -1шт.

Настенные стенды – 10 шт.

Плакаты – 10 шт.

Носилки для переноски пострадавших – 1шт.

Противогаз ГП-5 – 1шт.

Респиратор – 2шт.

Доска меловая.

Электронный лазерный тренажер (тир):лазерный автомат Калашникова - 1 шт.; лазерный пистолет Макарова - 1 шт.; лазерная винтовка МР- 2 шт.; управляющая программа; обучающее программное обеспечение с электронным USB ключом защиты программы:

- лазерное считывающее устройство – 1 шт.
- акустическая система – 1 шт.
- проекционный экран – 1 шт.

Учебно-методическая документация.

Шкафы для хранения учебных материалов.

В спортивном комплексе имеется четыре раздевалки № 1, 2, 3, 4.

В раздевалках в наличии 12 душевых и 4 умывальника.

Технические средства обучения:

Персональный компьютер

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

№ п/п	Библиографическое описание
1	Бишаева А.А. Физическая культура: учебник / Бишаева А.А., Малков В.В. — Москва: КноРус, 2022. — 379 с.
2	Виленский М.Я. Физическая культура : учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва : КноРус, 2021. — 214 с.
3	Кузнецов В.С..Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2021. - 256 с.

Дополнительные источники:

№ п/п	Библиографическое описание
1	Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник / Барчуков И.С. — Москва: КноРус, 2021. — 297 с.
2	Бишаева А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента : учебное пособие / Бишаева А.А. — Москва : КноРус, 2021. — 299 с.
3	Федонов Р.А. Физическая культура: учебник / Федонов Р.А. — Москва: Русайнс, 2021. — 256 с.

Интернет-ресурсы

Электронная библиотека

1. Book.ru

3.3. Сопровождение реализации образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Освоение программы может проводиться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ) при наличии объективных уважительных причин и/или обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажорных обстоятельств), препятствующих обучающимся и/или преподавателям лично присутствовать при проведении занятия.

В этом случае допускается проводить занятие удаленно в соответствии с

расписанием, утвержденным руководителем структурного подразделения на платформах: MS Teams (предпочтительно), Google Classroom, Zoom, Teamlink и прочие (при согласовании с руководством).

Местом размещения документов и информации является личный кабинет или электронная почта обучающегося.

Применяемые инструменты должны обеспечивать непрерывную аудио- и видеотрансляцию в режиме реального времени.

Ссылка (id адрес) заранее доводится преподавателем до сведения обучающихся утвержденным руководителем структурного подразделения на платформах: ...

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ЦИКЛА

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется педагогическим работником в процессе проведения аудиторных занятий, что позволяет проверить у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения регламентированы соответствующим Фондом оценочных средств (ФОС) по учебной дисциплине цикла ОГСЭ.11 "Физическая культура".