



1920

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»




А.А. Евдокимов

мая 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины

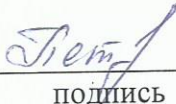
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

специальность 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Краснодар 2021

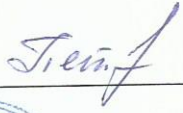
Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 40.02.01 Право и организация социального обеспечения утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» мая 2014 г. № 508, зарегистрирован в Министерстве юстиции 29 июля 2014 г. №33324

Дисциплина	ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Форма обучения	очная
Учебный год	2021-2022
2,3 курс	3 сем, 4 сем, 5 сем.
практические занятия	32 ч., 42 ч., 48 ч
самостоятельные занятия	32 ч., 42 ч., 48 ч.
форма промежуточной аттестации	3 сем – зачет, 4 сем – зачет 5 сем – диф.зачет.



Составитель: преподаватель  Е.В. Петрина
подпись

Утверждена на заседании предметной (цикловой) комиссии дисциплины Физическая культура и специальных дисциплин специальности Физическая культура, протокол № 10 от «20» мая 2021 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии естественно-биологических дисциплин, физической культуры и специальных дисциплин специальности Физическая культура

 Е.В. Петрина
«20» мая 2021 г.

Рецензенты:

<p>Главный специалист-эксперт (юрисконсульт) Управления Пенсионного фонда Российской Федерации в Славянском районе Краснодарского края</p>	<p></p>	<p>Ю.А. Пострыгай</p>
<p>Заведующий кафедрой истории общественности и педагогических технологий, кандидат исторических наук, доцент филиала ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» в г. Славянске-на-Кубани</p>	<p></p> <p>подпись</p>	<p>А.Н. Рябиков</p>

ЛИСТ
согласования рабочей программы по учебной дисциплине
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность среднего профессионального образования:
40.02.01 Право и организация социального обеспечения

СОГЛАСОВАНО:

Нач. УМО филиала



А.С. Демченко
«20» мая 2021 г.

Заведующая библиотекой филиала



М.В. Фуфалько
«20» мая 2021 г.

Нач. ИВЦ (программно-
информационное обеспечение
образовательной программы)



В.А. Ткаченко
«20» мая 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.1. Область применения программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена	4
1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:	5
1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	7
2.2. Структура дисциплины:	7
2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины	8
2.4. Содержание разделов дисциплины	12
2.4.1. Занятия лекционного типа	12
2.4.2. Занятия семинарского типа	12
2.4.3. Практические занятия	12
2.4.4. Содержание самостоятельной работы (Примерная тематика рефератов)	17
2.4.5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	18
3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	21
3.1. Образовательные технологии при проведении практических занятий	21
3.2. Образовательные технологии дисциплины Физическая культура	21
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	23
4.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине Физическая культура	23
4.2. Перечень необходимого программного обеспечения	23
5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	24
5.1. Основная литература	24
5.2. Дополнительная литература	24
5.3. Периодические издания	25
5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины	25
6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ	27
ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	27
7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ	28
7.1. Паспорт фонда оценочных средств	28
7.2. Критерии оценки знаний	28
7.3. Оценочные средств для проведения текущей аттестации	29
7.4. Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации	30
7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации	31
8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	33

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в профессиональный модуль ПП (профессиональная подготовка) – общий гуманитарный и социально-экономический цикл. Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, сформированные на дисциплинах «Анатомия» (ОК 2) и «Теория и практика здоровьесберегающих технологий» (ПК 2.2). Компетенции, формируемые по предшествующим дисциплинам и необходимые при изучении дисциплины «Физическая культура»:

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

ПК 2.2 Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	Иметь практический опыт (владеть)
1.	ОК 2	организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движений	применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом	знаниями возрастной морфологии, анатомо-физиологических особенностей детей, подростков и молодежи; основными закономерностями роста и развития организма человека, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья
2.	ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в	научно-практические основы здоровьесберегающих технологий ФК;	составлять индивидуальные программы оздоровления детей и педагогов; проводить	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	Иметь практический опыт (владеть)
		физкультурно-спортивной деятельности.	формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровью, установки на здоровый образ жизни, потребности в сохранении и укреплении здоровья.	валеологический мониторинг здоровья на уровне дошкольно-школьного коллектива учреждения, в академической группе	укрепление здоровья; методикой изученных оздоровительных систем и умением их реализовывать на практике.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт**:

- иметь представления о роли и месте знаний по дисциплине физическая культура в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
- систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование необходимых способностей, качеств и свойств личности, самоопределения в физической культуре.
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических заданий.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 244 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 122 часа;
- самостоятельная работа обучающегося 122 часа.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
1.	ОК-2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	владеть навыками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
2.	ОК-3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	владеть навыками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
3.	ОК-6	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	владеть навыками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
4.	ОК-10	Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	владеть навыками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
		3	4	5
Аудиторные занятия (всего)	122	32	42	48
В том числе:				
практические занятия (практикумы)	122	32	42	48
Самостоятельная работа (всего)	122	32	42	48
в том числе:				
<i>Реферат</i>	38	12	10	16
<i>Самостоятельная внеаудиторная работа в виде домашних практических заданий, индивидуальных заданий, самостоятельного подбора и изучения дополнительного теоретического материала и др.</i>	84	20	28	32
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	Дифф.зачёт
Общая трудоемкость	244	64	84	96

2.2. Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
3 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика	40	-	20	20
Тема 1.1. Обучение технике бега на короткие дистанции	20	-	10	10
Тема 1.2. Обучение технике бега на средние дистанции	20	-	10	10
Раздел 2. Гимнастика	24		12	12
Тема 2.1. Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	24	-	12	12
4 семестр				
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	40	-	20	20
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	40	-	20	20
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	40	-	20	20
Тема 4.1. Обучение технике игры в волейбол	40	-	20	20
5 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика	28	-	14	14
Тема 1.1. Обучение технике бега и прыжков	28	-	14	14

Раздел 2. Гимнастика	28	-	14	14
Тема 2.1. Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	28	-	14	14
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	23	-	12	11
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	23	-	12	11
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	21	-	10	11
Тема 4.1. Обучение технике игры в волейбол	21	-	10	11
Всего по дисциплине	244	-	122	122

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
3 семестр			64	
Раздел 1. Лёгкая атлетика			40	
Тема 1.1. Обучение технике бега на короткие дистанции	Содержание учебного материала		20	1,2
	Практические занятия		10	
	1	Беговые упражнения; Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100, метров. Обучение технике прыжков с места.	2	
	2	Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями.	2	
	3	Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100 м	2	
	4	Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 100, 200. 400 метров, эстафетный бег.	2	
	5	Беговые упражнения; Бег с высокого старта, с ускорениями на 100, 200, 400 метров; эстафетный бег; выполнение контрольных нормативов	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		10	
	1.Подготовка реферата по теме		4	
	2. Бег с ускорениями. Бег на 100, 200 метров		6	
Тема 1.2. Обучение технике бега на средние дистанции	Содержание учебного материала		20	1,2
	Практические занятия		10	
	1	Беговые упражнения, бег с высокого старта в среднем темпе 1000 м,	2	
	2	Беговые упражнения: Бег с высокого старта на 400 метров финиширование. 800 м, на 1000 м,	2	
	3	Бег в среднем темпе 1500- 2500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 200, 400 м	2	
	4	Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов.	2	
	5	Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		10	
	1. Подготовка реферата по теме		4	
	2. Бег в среднем и максимальном темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения.		6	
Раздел 2. Гимнастика			24	1,2
Тема 2.1.	Содержание учебного материала		24	

Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	Практические занятия		12
	1	Строевые упражнения: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) с гимнастическими предметами: палкой, мячом, скакалкой, набивным и малым мячом. Выполнение ОРУ на гимнастической скамейке и со скамейкой.	2
	2	Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу, лазание по канату с помощью ног.	2
	3	Упражнения на перекладине: подъемы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу. Выполнение упражнений на перекладине- подтягивание, подъем переворотом.	2
	4	Выполнение упражнений на брусьях – махи, мах выход в упор, соскок махом назад, лазание по канату с помощью ног.	2
	5	Опорный прыжок через козла, ноги врозь, согнув ноги; кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	2
	6	Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	2
	Самостоятельная работа обучающихся		12
	1.Подготовка реферата по теме		4
	2.Упражнения на растяжение и расслабление мышц. Специальные упражнения для развития подвижности суставов (полушпагат, шпагат, выкруты гимнастической палки). Упражнения в равновесии.		8
4 семестр			80
Раздел 3. Спортивные игры Баскетбол			40
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	Содержание учебного материала		20
	Практические занятия		
	1	Обучение технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину).	2
	2	Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций. Правила игры и судейства.	2
	3	Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок. Приемы игры в нападении и защите.	2
	4	Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.	2
	5	Обучение технической подготовки: техники защиты (техника передвижения, техника овладения мячом) и тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые, командные действия).	2
	6	Передачи мяча в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.	2
	7	Тактики защиты (индивидуальные, групповые, командные действия). Приемы игры в нападении и защите.	2
	8	Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	2

1
1,2

	9	Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол.	2	
	10	Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	2	
Самостоятельная работа обучающихся			20	
1. Подготовка реферата по теме			5	
2. Бег в среднем темпе 5 -10 минут, беговые упражнения ОРУ. Ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.			15	
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол			40	
Тема 4.1. Обучение техники игры в волейбол	Содержание учебного материала		20	
	Практические занятия		20	
	1	Обучение технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом).	2	1
	2	Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча. Правила игры и судейства.	2	1
	3	Обучение техники защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование). Правила игры и судейства.	2	1
	4	Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара. Тренировочная игра.	2	1
	5	Обучение тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).	2	1
	6	Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара.	2	1
	7	Выполнение основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил	2	1
	8	Выполнение командных действий в игре волейбол. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	2	1,2
9	Сдача контрольных нормативов	4	1,2	
Самостоятельная работа обучающихся			20	
1. Подготовка реферата по теме			5	
2. Бег в среднем темпе 5 -10 минут, беговые упражнения, передачи мяча снизу с веру, прием, подача, атакующий удар.			15	
5 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика			28	
Тема 1.1. Обучение техники бега и прыжков	Содержание учебного материала		28	
	Практические занятия		14	
	1	Беговые упражнения; Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100, метров.	2	
	2	Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями.	2	
	3	Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 100, 200. 400 метров, эстафетный бег.	2	
	4	Беговые упражнения, бег с высокого старта в среднем темпе 1000 м.	2	2
	5	Беговые упражнения: Бег с высокого старта на 400 метров финиширование. 800 м, на 1000 м,	2	
	6	Бег в среднем темпе 1500- 2500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 200, 400 м	2	
7	Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов.	1		

	8	Обучение технике прыжков в высоту, в длину с разбега	1	
	Самостоятельная работа		14	
	1. Подготовка реферата по теме		4	
	2. Бег в среднем и максимальном темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения. Прыжки в длину с места.		10	
Раздел 2. Гимнастика			28	
Тема 2.1. Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	Содержание учебного материала		28	
	Практические занятия		14	
	1	Опорный прыжок через козла, ноги врозь, согнув ноги; кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	2	2,1
	2	Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	2	
	3	Опорный прыжок через козла в длину, ноги врозь, согнув ноги; Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, на лопатках.	2	
	4	кувырки назад через голову, кувырки боком; стойки на голове на плечах, переворот боком, упражнения на равновесия.	2	
	5	Упражнения на перекладине: подъемы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу. Выполнение упражнений на перекладине- подтягивание, подъем переворотом.	2	
	6	Выполнение упражнений на брусьях (юноши) на разновысоких брусьях (девушки) – махи, мах выход в упор, соскок махом назад, лазание по канату с помощью ног, и без помощи ног. Выполнение ОРУ на гимнастической скамейке и со скамейкой.	2	
	7	Упражнения на бревне: равновесия, различные виды шагов, прыжки, соскоки.	1	
	8	Выполнение контрольных нормативов и комбинаций	1	
	Самостоятельная работа		14	
1. Подготовка реферата по теме		4		
2. Бег в среднем темпе 5 -10 минут, беговые упражнения, упражнения на гимнастических снарядах. Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове, на плечах, канат.		10		
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол			23	
Тема 3.1. Обучение техники игры в баскетбол	Содержание учебного материала		23	
	Практические занятия		12	
	1	Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину).	2	2,3
	2	Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций. Правила игры и судейства.	2	
	3	Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок. Приемы игры в нападении и защите.	2	
	4	Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.	2	

5	Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	2		
6	Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол.	1		
7	Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	1		
Самостоятельная работа обучающихся		11		
1. Подготовка реферата по теме		4		
2. Бег в среднем темпе 5 -10 минут, беговые упражнения ОРУ. Ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.		7		
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол		21		
Тема 4.1.Обучение техники игры в волейбол	Содержание учебного материала	21		
	Практические занятия	10		
	1	Совершенствование технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом). Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча. Правила игры и судейства.	2	2,3
	2	Совершенствование техники защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование). Правила игры и судейства. Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара. Тренировочная игра.	2	
	3	Совершенствование тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).	2	
	4	Совершенствование основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил	1	
	5	Выполнение командных действий в игре волейбол. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования. Тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия). Выполнение командных действий в игре волейбол. Контрольные игры и соревнования.	2	
	6	Сдача контрольных нормативов	1	
	Самостоятельная работа обучающихся		11	
	1. Подготовка реферата по теме		4	
2. Бег в среднем темпе 5 -10 минут, беговые упражнения, передачи мяча снизу с верху, прием, подача, атакующий удар.		7		

Уровень освоения: 1 -легкий, 2 - относительно легкий, 3 — сложный.

2.4. Содержание разделов дисциплины

2.4.1. Занятия лекционного типа

– не предусмотрены

2.4.2. Занятия семинарского типа

– не предусмотрены

2.4.3. Практические занятия

№	Наименование раздела	Наименование практических работ	Форма текущего контроля
3 семестр			
1	2	3	4
1.	Раздел 1. Лёгкая атлетика Обучение техники бега на короткие дистанции. Обучение техники бега на средние дистанции	Беговые упражнения; Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100, метров.	ПР, Р, контрольные нормативы
		Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями.	
		Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100 м	
		Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 100, 200. 400 метров, эстафетный бег.	
		Беговые упражнения; Бег с высокого старта, с ускорениями на 100, 200, 400 метров; эстафетный бег; выполнение контрольных нормативов	
		Беговые упражнения, бег с высокого старта в среднем темпе 1000 м,	
		Беговые упражнения: Бег с высокого старта на 400 метров финиширование. 800 м, на 1000 м,	
		Бег в среднем темпе 1500- 2500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 200, 400 м	
		Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов.	
	Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов		
2.	Раздел 2. Гимнастика. Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	Строевые упражнения: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) с гимнастическими предметами: палкой, мячом, скакалкой, набивным и малым мячом. Выполнение ОРУ на гимнастической скамейке и со скамейкой.	ПР, Р, контрольные нормативы
		Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу, лазание по канату с помощью ног.	
		Упражнения на перекладине: подъемы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу. Выполнение упражнений на перекладине- подтягивание, подъем переворотом.	
		Выполнение упражнений на брусьях – махи, мах выход в упор, соскок махом назад, лазание по канату с помощью ног.	
		Опорный прыжок через козла, ноги врозь, согнув ноги; кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	
		Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	
4 семестр			
3.	Раздел 3. Спортивные игры Баскетбол. Обучение	Обучение технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину).	ПР, Р, контрольные нормативы
		Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций. Правила игры и судейства.	

	технике игры в баскетбол	<p>Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок. Приемы игры в нападении и защите.</p> <p>Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.</p> <p>Обучение технической подготовки: техники защиты (техника передвижения, техника овладения мячом) и тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые, командные действия).</p> <p>Передачи мяча в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.</p> <p>Тактики защиты (индивидуальные, групповые, командные действия). Приемы игры в нападении и защите.</p> <p>Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.</p> <p>Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол.</p> <p>Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.</p>	
4.	Раздел 4. Спортивные игры Волейбол. Обучение технике игры в волейбол.	<p>Обучение технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом).</p> <p>Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча. Правила игры и судейства.</p> <p>Обучение техники защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование). Правила игры и судейства.</p> <p>Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара. Тренировочная игра.</p> <p>Обучение тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).</p> <p>Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара.</p> <p>Выполнение основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил</p> <p>Выполнение командных действий в игре волейбол. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.</p> <p>Сдача контрольных нормативов</p>	ПР, Р, контрольные нормативы

5 семестр			
1	2	3	
1.	Раздел 1. Лёгкая атлетика. Обучение техники бега и прыжков	Беговые упражнения; Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 30, 60, 100, метров.	
		Бег в среднем темпе 1000- 1500 метров, Бег с ускорениями.	
		Бег с низкого, с высокого старта; Бег с ускорениями; Бег на 100, 200. 400 метров, эстафетный бег.	
		Беговые упражнения, бег с высокого старта в среднем темпе 1000 м.	ПР, Р, контрольные нормативы
		Беговые упражнения: Бег с высокого старта на 400 метров финиширование. 800 м, на 1000 м,	

		Бег в среднем темпе 1500- 2500 метров, Бег с ускорениями; Бег на 200, 400 м	
		Бег в среднем темпе 2000- 3000 метров, беговые упражнения, выполнение контрольных нормативов.	
		Обучение технике прыжков в высоту, в длину с разбега	
2.	Раздел 2. Гимнастика. Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	Опорный прыжок через козла, ноги врозь, согнув ноги; кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	
		Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, упражнения на равновесия.	
		Опорный прыжок через козла в длину, ноги врозь, согнув ноги; Кувырки вперед с места, с шага, в прыжке, кувырки назад через голову; стойки на голове на плечах, на лопатках.	
		кувырки назад через голову, кувырки боком; стойки на голове на плечах, переворот боком, упражнения на равновесия.	ПР, Р, контрольные нормативы
		Упражнения на перекладине: подъемы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Висы и упоры. Отжимание в упоре лежа на полу. Выполнение упражнений на перекладине- подтягивание, подъем переворотом.	
		Выполнение упражнений на брусьях (юноши) на разновысоких брусьях (девушки) – махи, мах выход в упор, соскок махом назад, лазание по канату с помощью ног, и без помощи ног. Выполнение ОРУ на гимнастической скамейке и со скамейкой.	
		Упражнения на бревне: равновесия, различные виды шагов, прыжки, соскоки. Выполнение контрольных нормативов и комбинаций	
3.	Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину).	
		Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций. Правила игры и судейства.	ПР, Р, контрольные нормативы
		Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ведение мяча левой, правой рукой; передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок. Приемы игры в нападении и защите.	
		Передачи мяча на месте, в движении одной двумя руками, броски с различных дистанций; 2 шага бросок.	
		Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	
		Командные действия в нападении и в защите в игре в баскетбол. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	
4.	Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	Совершенствование технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом). Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча. Правила игры и судейства.	
		Совершенствование техники защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование). Правила игры и судейства. Выполнение верхней и нижней передачи, выполнение подачи, прием мяча, выполнение атакующего удара. Тренировочная игра.	ПР, Р, контрольные нормативы

	Совершенствование тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).	
	Совершенствование основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил	
	Выполнение командных действий в игре волейбол. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования. Тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия). Выполнение командных действий в игре волейбол. Контрольные игры и соревнования.	
	Сдача контрольных нормативов	

Контрольные тесты определения уровня физической подготовленности

2 курс

Девушки

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2.	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
3.	Выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
5.	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
6.	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
2.	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3.	Выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
5.	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
6.	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

3 курс

Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2.	Силовая подготовка: поднятие туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
3.	Выносливость: бег 2000 м.(мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
5.	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
6.	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в балах				
		5	4	3	2	1
1	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
2	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3.	Выносливость: бег 3000 м.(мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
4	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
5	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
6	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

2.4.4 Содержание самостоятельной работы (Примерная тематика рефератов)

1. Общая характеристика физических качеств, развивающихся средствами гимнастики.
2. Методика развития силы средствами гимнастики. Комплекс упражнений.
3. Методика развития быстроты средствами гимнастики. Комплекс упражнений.
4. Методика развития гибкости средствами гимнастики. Комплекс упражнений.
5. Методика развития ловкости средствами гимнастики. Комплекс упражнений.
6. Методика развития координации средствами гимнастики. Комплекс упражнений.
7. Методика совершенствования гимнастических упражнений (общие основы).
8. Методика проведения урока гимнастики в школе для средней возрастной группы.
9. Методика проведения урока по гимнастике в школе для старшей возрастной группы.
10. Методика обучения гимнастическим элементам и комбинациям в вольных упражнениях.
11. Методика обучения гимнастическим элементам и комбинациям на перекладине.
12. Методика обучения гимнастическим элементам и комбинациям на коне (махи).

13. Методика обучения гимнастическим элементам и комбинациям на кольцах.
14. Методика обучения гимнастическим элементам в опорных прыжках.
15. Методика обучения гимнастическим элементам и комбинациям на параллельных брусьях.
16. Особенности совершенствования тактических навыков у волейболистов 15–16 лет.
17. Характеристика тренировочной и соревновательной деятельности футболистов 13–14 лет
18. Особенности тренировочного процесса футболистов 13–14 лет в соревновательном периоде.
19. Развитие выносливости в тренировочном процессе футболистов 10–12 лет
20. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде легкоатлетов 11–12 лет.
21. Развитие координационных способностей девочек 8–9 лет средствами гимнастики.
22. Психологическая подготовка девушек занимающихся легкой атлетикой.
23. Особенности физической подготовки спортсменов в атлетической гимнастике
24. Педагогический контроль в процессе тренировочной деятельности волейболистов 17–18 лет.
25. Совершенствование технических навыков волейболистов 12–13 лет.
26. Развитие силовой выносливости у юношей 16–17 лет занимающихся баскетболом.

2.4.5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является важнейшей формой учебно-познавательного процесса.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины – сформировать практические навыки подготовки в области физической культуры.

Самостоятельная работа студента в процессе освоения дисциплины включает:

- изучение основной и дополнительной литературы по курсу;
- самостоятельное выполнение домашних заданий,
- подготовку реферата по разделам курса.

На самостоятельную работу студентов отводится 122 часа учебного времени.

№	Наименование раздела, темы, вида СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1.	Раздел 1. Лёгкая атлетика.	1. Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242 2. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство

		Юрайт, 2019. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08556-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438398 . 3.Колодницкий, Г.А. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы : учебник / Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. — Москва : КноРус, 2018. — 448 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06391-0. — URL: https://book.ru/book/929082 .
2.	Раздел 2. Гимнастика.	1.Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242 2.Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08556-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438398 . 3.Колодницкий, Г.А. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы : учебник / Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. — Москва : КноРус, 2018. — 448 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06391-0. — URL: https://book.ru/book/929082 .
3.	Раздел 3. Баскетбол.	1.Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242 2.Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08556-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438398 . 3.Колодницкий, Г.А. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы : учебник / Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. — Москва : КноРус, 2018. — 448 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06391-0. — URL: https://book.ru/book/929082 .
4.	Раздел 4. Волейбол.	1.Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242 2.Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08556-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438398 . 3.Колодницкий, Г.А. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы : учебник / Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. — Москва : КноРус, 2018. — 448 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06391-0. — URL: https://book.ru/book/929082 .

Кроме перечисленных источников студент может воспользоваться поисковыми системами сети Интернет по теме самостоятельной работы.

Для освоения данной дисциплины и выполнения предусмотренных учебной программой курса заданий по самостоятельной работе студент может использовать следующее учебно-методическое обеспечение:

-методические рекомендации преподавателя к практическим (лабораторным) занятиям.

Началом организации любой самостоятельной работы должно быть привитие навыков и умений грамотной работы с учебной и научной литературой. Этот процесс, в первую очередь, связан с нахождением необходимой для успешного овладения учебным материалом литературой. Студент должен уметь пользоваться фондами библиотек и справочно-библиографическими изданиями.

3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

3.1. Образовательные технологии при проведении практических занятий

№	Тема занятия	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	Раздел 1. Лёгкая атлетика.	Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя. Проведение комплексов упражнений. Сдача контрольных нормативов.	34
2	Раздел 2. Гимнастика.	Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя. Проведение комплексов упражнений. Сдача контрольных нормативов. Сдача зачётных комбинаций на гимнастических снарядах.	26
3	Раздел 3. Баскетбол.	Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя. Проведение комплексов упражнений. Сдача контрольных нормативов.	32
4	Раздел 4. Волейбол.	Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя. Проведение комплексов упражнений. Сдача контрольных нормативов.	30
		Итого по курсу	122

3.2 Образовательные технологии дисциплины Физическая культура

С целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, в соответствии с требованиями ФГОС СПО по направлению подготовки «Право и организация социального обеспечения», для реализации компетентностного подхода программа предусматривает широкое использование в учебном процессе следующих форм учебной работы: практическое занятие – основная интерактивная форма организации учебного процесса, дополняющая теоретический знания учебной дисциплины; внеаудиторные формы – консультация, практикум, самостоятельная работа; формы контроля знаний – зачёт по знаниям методики организации практической как отдельно части, так и полностью занятия по физической культуре.

На протяжении всего периода обучения в физическом воспитании студентов используются следующие формы учебных и внеучебных занятий:

- практические (проводятся в спортзале, на стадионе, в тренажерном зале), контрольные (контрольное тестирование в проверке физических качеств, контрольные работы по проверке знаний теоретического курса);

- индивидуальные и индивидуально-групповые дополнительные занятия или консультации;

- самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя.

Вне учебные занятия организуются в форме:

- выполнения физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;
- занятий в спортивных клубах; курсах, занятий по интересам (спортклуб, тур. клуб, фитнес клуб);

- самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом;

- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

В процессе преподавания используются следующие методы обучения:

- практические (методы строго регламентированного упражнения, метод разучивания по частям, метод разучивания в целом, метод принудительно-облегчающего разучивания, методы частично регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы);

- методы использования слова (рассказ описание, объяснение, беседа, разбор, задание, указание, команда, подсчет, оценка);

Методы наглядного восприятия (показ двигательного действия, демонстрация наглядных пособий).

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине Физическая культура

Все помещения, места для занятий физической культурой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта.

Универсальный спортивный зал/спортивный зал:

баскетбольная и волейбольная площадки, гимнастический зал, шведская стенка, брусья параллельные, теннисные столы, кольца гимнастические, перекладина гимнастическая, гимнастическое бревно, канат, «козел» гимнастический, «конь» гимнастический, мячи, маты, обкладка гимнастическая, стойки для прыжков в высоту, гимнастический мост, барьеры легкоатлетические, табло электронное дистанционное, ноутбук. Внешние спортивные площадки с разметкой и оборудованием для игр: гандбол, стритбол, волейбол, минифутбол, теннисный корт, площадка для экстремальных видов спорта.

Тренажерный зал:

тренажерные комплексы.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

футбольное поле, трибуны, баскетбольная площадка, беговые дорожки, легкоатлетические секторы для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, метания копья, турники, элементы полосы препятствий

4.2. Перечень необходимого программного обеспечения

1. 7-zip; (лицензия на англ. <http://www.7-zip.org/license.txt>)
2. Adobe Acrobat Reader; (лицензия - <https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME>)
3. Adobe Flash Player; (лицензия - <https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME>)
4. Apache OpenOffice; (лицензия - <http://www.openoffice.org/license.html>)
5. FreeCommander; (лицензия - <https://freecommander.com/ru/%d0%bb%d0%b8%d1%86%d0%b5%d0%bd%d0%b7%d0%b8%d1%8f/>)
6. Google Chrome; (лицензия - https://www.google.ru/chrome/browser/privacy/eula_text.html)
7. LibreOffice (в свободном доступе);
8. Mozilla Firefox. (лицензия - <https://www.mozilla.org/en-US/MPL/2.0/>)

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

1. Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: <https://book.ru/book/926242>

2. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 197 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08556-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/438398> .

3. Колодницкий, Г.А. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы : учебник / Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. — Москва : КноРус, 2018. — 448 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06391-0. — URL: <https://book.ru/book/929082>.

5.2. Дополнительная литература

1. Якимов, А.М. Основы тренерского мастерства : учебно-методическое пособие / А.М.Якимов. - 2-е изд. - М. : Спорт, 2016. - 176 с. - ISBN 978-5-9906734-3-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430482

2. Черкасова, И.В. Нетрадиционные виды гимнастики : учебно-методическое пособие / И.В.Черкасова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 134 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4899-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426426

3. Голякова, Н.Н. Оздоровительная аэробика : учебно-методическое пособие / Н.Н.Голякова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 145 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4900-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=426428&sr=1

4. Макаров, Ю.М. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах : монография / Ю.М.Макаров. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3923-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363696

5. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. - М. : Спорт, 2016. - 456 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>

5.3. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1371600>.
2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1440777>.
3. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1585469>.
4. Теория и практика физической культуры. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1513374>.
5. Физиология человека. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633>.
6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/c>

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.
2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.
3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.
4. ЭБС «Znaniy.com» [учебные, научные, научно-популярные материалы различных издательств, журналы] : сайт. – URL: <http://znaniy.com/>.
5. ЭБС «BOOK.ru» [учебные издания – коллекция для СПО] : сайт. – URL: <https://www.book.ru/cat/576>.
6. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.
7. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» [российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования; большая часть изданий – свободного доступа] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
8. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на русском языке) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.

9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.
10. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
11. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.
12. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [для преподавания и изучения учебных дисциплин начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://school-collection.edu.ru>.
13. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.
14. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
15. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Физическая культура» нацелена на формирование профессиональных компетенций.

Обучение студентов осуществляется по традиционной технологии с включением инновационных элементов.

Цель практического занятия - научить студентов применять теоретические знания при решении практических задач.

На практических занятиях преобладают следующие методы:

-вербальные (преобладающим методом должно быть объяснение);

-практические (письменные задания, групповые задания и т. п.).

Важным для студента является умение рационально подбирать необходимую учебную литературу для написания рефератов по разделам физической культуры.

Основными литературными источниками являются:

– библиотечные фонды филиала КубГУ;

– электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»;

– электронная библиотечная система Издательства «Лань».

Поиск книг в библиотеке необходимо начинать с изучения предметного каталога и создания списка книг, пособий, методических материалов по теме изучения.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1.	Раздел 1. Лёгкая атлетика. Основы техники бега 100 м (сек) Основы техники бега 400 м (м.сек) Основы техники бега 1500 м Основы техники прыжков в длину с места (см) Основы техники прыжков в длину с разбега, см	ОК 2, 3, 6, 10	Реферат, практическая (лабораторная) работа, контрольные нормативы
2.	Раздел 2. Гимнастика. Основы техники подтягивания Основы техники сгибания и разгибания рук из упора лежа Основы техники приседания на одной ноге, опора о стену, раз Основы техники в висе поднимание ног до касания перекладины, раз	ОК 2, 3, 6, 10	Реферат, практическая (лабораторная) работа, контрольные нормативы
3.	Раздел 3. Баскетбол. Основы техники баскетбола. Броски в кольцо с 3-х очковой зоны Штрафные броски в кольцо	ОК 2, 3, 6, 10	Реферат, практическая (лабораторная) работа, контрольные нормативы
4.	Раздел 4. Волейбол. Основы техники волейбола. Техника передач мяча Техника подач	ОК 2, 3, 6, 10	Реферат, практическая (лабораторная) работа, контрольные нормативы

7.2. Критерии оценки знаний

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

Реферат. Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Реферат оценивается по количеству обработанных источников, глубине анализа проблемы, качеству обоснования авторской позиции, глубине раскрытия темы.

Контрольные нормативы ОФП.

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
2. Прыжки со скакалкой;
3. Поднимание и опускание туловища, лежа на животе;
4. Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине, ноги согнуты в коленях и закреплены, руки за головой в замок(юн) или скрестно на груди (дев).;
5. Удержание туловища на гимнастической стенке в висе на согнутых руках;

6. Поднимание и опускание ног до горизонтального положения в висе на гимнастической стенке;
7. Из упора, присев, выпрыгивание вверх;
8. Тест Купера;
9. Бег 6 минут;
10. Прыжок в длину с места;
11. Бег 60 м;
12. Челночный бег 3x10м.;
13. Наклон туловища;
14. Тест Абалакова;
15. Прыжок с места.
16. Бег 100 м
17. Бег 2000 м
18. Наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)
19. Приседание на одной ноге с опорой.
20. Подача мяча.
21. Передача мяча двумя руками сверху
22. Прием мяча снизу двумя руками.

Критерии оценки знаний студентов в целом по дисциплине:

Студенты выполнившие рабочую учебную программу, в каждом семестре сдают зачет по физической культуре. Условием допуска к зачетным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности.

В целях повышения мотивации студентов очной формы обучения к качественному освоению основной образовательной программы и стимулирования регулярной самостоятельной работы студентов введена балльная система оценки контроля знаний и умений студентов.

7.3. Оценочные средств для проведения текущей аттестации

Текущий контроль может проводиться в форме:

- практическая (лабораторная) работа
- защита реферата
- сдача контрольных нормативов

Форма аттестации	Знания	Умения	Владения (навыки)	Личные качества студента	Примеры оценочных средств
Рефераты	Контроль знаний по определенным проблемам	Оценка умения различать конкретные понятия	Оценка навыков работы с литературными источниками	Оценка способности к самостоятельной работе и анализу литературных источников	Темы рефератов прилагаются
Практические (лабораторные) работы	О роли физической культуры в	использовать физкультурно-оздоровительную	Легкая атлетика - Показать	организовывать собственную деятельность, определять	Темы контрольных нормативов прилагаются

	<p>общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни;</p>	<p>ую деятельность для укрепления здоровья, для достижения жизненных и профессиональных целей.</p>	<p>владение техникой и выполнить контрольные нормативы по видам программы по легкой атлетике.</p> <p>Гимнастика - показать владение техникой выполнения упражнений на гимнастических снарядах, выполнения акробатических элементов, выполнение контрольных упражнения и требований.</p> <p>Баскетбол- показать владение техникой выполнения технических приемов, владения мячом, командные действия, знание правил игры.</p> <p>Волейбол показать владение техникой выполнения технических приемов, владения мячом, командные действия, знание правил игры.</p>	<p>методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; определять цели и задачи, планировать учебные занятия; проводить учебные занятия по физической культуре</p>	
--	---	--	---	--	--

7.4. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Форма аттестации	Знания	Умения	Владение (навыки)	Личные качества студента	Примеры оценочных средств
------------------	--------	--------	-------------------	--------------------------	---------------------------

3 семестр зачёт	О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни; Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнёрами.	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, для достижения жизненных и профессиональных целей.	анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;	Оценка способности грамотно и четко излагать материал	Темы вопросов и контрольных нормативов прилагаются
4 семестр зачёт	О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни; Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнёрами.	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;	Оценка способности грамотно и четко излагать материал	Темы вопросов и контрольных нормативов прилагаются
5 семестр- дифференци- рованный зачёт	О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни; Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнёрами.	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;	Оценка способности грамотно и четко излагать материал	Темы вопросов и контрольных нормативов прилагаются

7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. Основные понятия о строе, движение в обход.
2. Походный шаг, строевой шаг, бег.
3. Перестроение из колонны по одному в колонну по два поворотом в движении.
4. Уставные размыкания и смыкания строя.
5. Основные положения рук.
6. Основные стойки.
7. Углы, линии и точки зала.
8. Охарактеризовать комплекс ОРУ отдельным способом.
9. Перестроение из одной шеренги в две – три и т.д.
10. Элементы фигурной маршировки.
11. Разновидности ходьбы и бега.
12. Способы расчета.
13. Виды гимнастики.
14. Гимнастическая терминология.
15. Способы образования терминов.
16. Гимнастическая терминология как компонент систем спортивной терминологии, её значение и краткая история развития.
17. Требования, предъявляемые к терминологии.
18. Словарь основных гимнастических терминов: стойка, поворот, круг, наклон, равновесие, выпад, присед, группировка, пережат, кувырок, переворот, прыжок.
19. Терминология и правила записи общеразвивающих упражнений, вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
20. Организация занятия по гимнастике и предупреждение травматизма.
21. Основные требования к организации и проведению занятий, травмы, возникающие из-за организационных ошибок при проведении занятий или соревнований.
22. Методические ошибки в проведении занятий или соревнований, профилактика травматизма.
23. Страховка, помощь, проводка по движению как мера предупреждения травматизма и метод обучения.
24. Виды страховки и помощи; основные требования предъявляемые к страхующему.

8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложение 1. Краткий конспект лекционных занятий

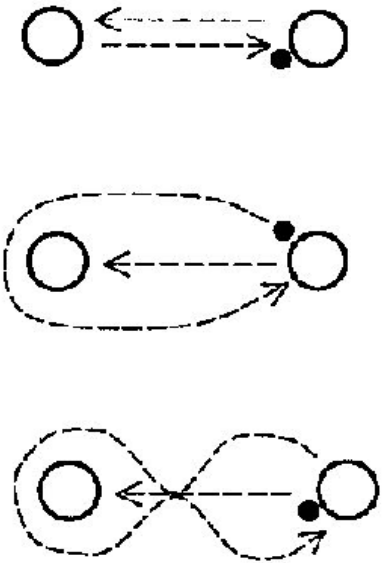
Раздел: Лёгкая атлетика

Занятия №1

Тема: Техника спринтерского бега, техника прыжков с места.

1. Обучение технике спринтерского бега, технике прыжков с места.
2. Развитие быстроты, прыгучести, координации.
3. Воспитание дисциплинированности, самостоятельности, интереса к занятиям физкультурой.

Части занятия	Содержание	Дозировка	ОМУ (организационно-методические указания)
1	2	3	4
I	Подготовительная	25 мин	
	1. Построение, сообщение задач	5 мин	Построение в одну шеренгу. Контроль за самочувствием занимающихся
	2. Техника безопасности на уроке физической культуры	5 мин	
	3. Ходьба	2 мин	На носках, на пятках, на внутренней стороне стопы, на внутренней.
	4. Бег	800 м	Равномерный, правым, левым боком приставными шагами
	3, Общеразвивающие упражнения (ОРУ) на месте: 1) наклоны и повороты головы; 2) круговые вращения согнутыми руками вперед, назад; 3) наклоны туловища влево, вправо, вперед, назад; 4) махи прямыми ногами влево, вправо, вперед, назад	8 мин	Следить за осанкой, за синхронной работой ног и рук, правильным дыханием
II	Основная	50 мин	
	1. Бег: 1) с высоким подниманием бедра 4 x 20 м; 2) с захлестыванием голени 4 x 20 м; 3) с прыжками с ноги на ногу; 4) семенящий бег 4 x 20 м; 5) скрестным шагом 4 X 20 м; 6) с ускорением 4 x 15 м	10 мин	Упражнения выполняют ученики на четырех беговых дорожках. Следить за осанкой: плечи развернуты, не наклоняться вперед или назад, смотреть вперед, правильно ставить стопу
	2. Прыжки: 1) исходное положение (и. п.): основная стойка. Задание. Прыжки с места в длину. Следить за полным выпрямлением ног в толчке; 2) то же, но с одного шага разбега, махом правой (левой) ноги с приземлением на обе ноги; 3) то же, но с двух шагов разбега и приземлением на обе ноги	20 мин	Обратить внимание на полное выпрямление толчковой ноги и вынос вверх плеч. Обратить внимание на вынос бедра маховой ноги в без опорном положении

	<p>3. Упражнения с мячом:</p> <p>1) и. п.: стойка ноги врозь, футбольный мяч в руках. Задание. Подбрасывать мяч вверх и ударять его коленом и подъемом ноги;</p> <p>2) то же, но направлять мяч в стенку, повторяя задание при отскоке его от стены на уровне 2 м;</p> <p>3) и. п.: партнеры стоят лицом друг к другу на расстоянии 5 м, у одного из них мяч. Задание. Пас между партнерами внутренней стороной ступни с остановкой мяча на месте;</p> <p>4) то же, но с ходу, без остановки мяча;</p> <p>2</p> <p>5) то же, но чередуя пас правой и левой ногой;</p> <p>6) и. п.: партнеры стоят лицом друг к другу. задание. Ведение мяча внутренней стороной ступни по прямой с возвращением назад и передачей мяча партнеру (ведение мяча по пятиметровому кругу);</p> <p>7) то же, но ведение мяча «восьмеркой»</p>	20 мин	<p>Упражнение выполняется в парах</p> 
	I. Круговая эстафета 4 x 30 м	5 мин	<p>Передача эстафетной палочки. Команды состоят из двух мальчиков и двух девочек. Бег выполняется по беговым дорожкам</p>
III	Заключительная	10 мин	
	2. Метание мяча в вертикальную цель	7 мин	<p>Соревнуются те же команды. Попадание в цель - 1 очко, промах - 0 очков. Нужно набрать десять очков</p>
	3. Построение, подведение итогов	3 мин	Домашнее задание

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу по дисциплине
ОГСЭ.04 Физическая культура по специальности
40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Рабочая программа ОГСЭ.04 Физическая культура разработана на основе ФГОС СПО по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» мая 2014 г. № 508, зарегистрирован в Министерстве Юстиции Российской Федерации от 29 июля 2014 года (рег. № 33324) учебному плану специальности и рабочей программе дисциплины.

В программе имеются указания о знаниях, умениях, навыках, которыми должны овладеть студенты в процессе изучения дисциплины «Физическая культура».

Спецификой предлагаемой учебной программы является ее ориентированность не только на формирование у студентов спектра базовых понятий в ходе аудиторных занятий, но и на организацию активного их включения в разнообразные виды самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Тематика разделов отвечает уровню подготовки студента по дисциплине с учетом специфики учебного заведения. Баланс времени, выделяемый на освоение учебного материала распределен между аудиторной, индивидуальной и самостоятельной работой обучающегося.


Заключение: Рабочая программа ОГСЭ.04 Физическая культура соответствует современному уровню развития науки и Федеральному государственному стандарту к уровню подготовки выпускников по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения.

Рабочая программа дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура составлена грамотно, с учетом всех требований и может быть рекомендована для использования в учебном процессе в филиале ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» в г. Славянске-на-Кубани.

Рецензент:

Заведующий кафедрой истории
и методики её преподавания,
кандидат исторических наук,
доцент, ученый секретарь ученого совета
филиала ФГБОУ ВО
«Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

« » 20 г.



А.Н. Рябиков

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу учебной дисциплины
ОГСЭ.04 Физическая культура
для специальности
40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 «Физическая культура» соответствует ФГОС специальности среднего профессионального образования 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» мая 2014 г. № 508, зарегистрирован в Министерстве юстиции 29.07.2014 г. (рег. № 33324).

В рабочую программу учебной дисциплины включены разделы «Паспорт рабочей программы учебной дисциплины», «Структура и содержание учебной дисциплины», «Образовательные технологии», «Условия реализации программы учебной дисциплины», «Перечень основных и дополнительных информационных источников, необходимых для освоения дисциплины», «Методические рекомендации обучающимся по освоению дисциплины», «Оценочные средства для контроля успеваемости» и «Дополнительное обеспечение дисциплины».

Структура и содержание рабочей программы соответствуют целям образовательной программы СПО по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения и будущей профессиональной деятельности студента.

Объем рабочей программы учебной дисциплины полностью соответствует учебному плану подготовки по данной специальности. В программе четко сформулированы цели обучения, а также прогнозируемые результаты обучения по дисциплине.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения соответствует требованиям стандарта, профессиональным требованиям, а также современным требованиям рынка труда.

Эксперт:
Главный специалист-эксперт (юрисконсульт)
Управления Пенсионного фонда
Российской Федерации в Славянском районе
Краснодарского края
« » 20 г.



Ю.А. Пострыгай