Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.»

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.»
в г. Петровске

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала СГТУ
имени Гагарина Ю.А. в г.Петровске

_____ Е.А.Бесшапошникова
«30» июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине
СГ.04 «Физическая культура»

специальности

15.02.16 «Технология машиностроения»

Рабочая программа рассмотрена
на заседании предметной (цикловой) комиссии
общеобразовательных, ОГСЭ и ЕН дисциплин,
профессиональных модулей специальностей
социально-экономического профиля
«14» июня 2023 года, протокол №12

Председатель ПЦК _____/О.В. Медведева/

Петровск 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **3**
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **4**
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **12**
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **14**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Рабочая программа является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 15.02.16 Технология машиностроения.

Рабочая программа может быть использована при получении среднего общего образования для специальностей технического профиля

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина «Физическая культура» входит в цикл социально-экономических дисциплин.

1.3. Цели и задачи дисциплины

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

Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности

Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

Основы здорового образа жизни;

Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

Средства профилактики перенапряжения.

1.4. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	*172*
в том числе:	
лекции	-
практические занятия	172
консультации	-
самостоятельная работа	-
курсовая работа (проект)	-
Промежуточная аттестация (экзамен) *Зачет* 3,4,5,6,7 семестр Дифференцированный зачет 8 семестр	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ. 04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак. ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
2 курс			
Раздел 1.	**Легкая атлетика**	**16/16**	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.1.	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Специальные упражнения бегуна. Отработка техники низкого старта, стартового разгона. Бег на 60 м., 100 м.	2	
Тема 1. 2.	Отработка техники бега на средние дистанции. Бег по повороту. Повторение техники бега на длинные дистанции (постановка рук и ног). Отработка техники бегового шага.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.3	Бег со старта 100 м. Совершенствование техники прыжка в длину способом «Согнув ноги». Совершенствование эстафетного бега 4*100м (техника передачи эстафетной палочки).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.4	Повторение техники прыжка в длину с разбега. Бег 100 м. в парах на время. Техника бега: бег по дистанции, финиширование.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.5	Развитие быстроты, ловкости. Круговая тренировка. Совершенствование эстафетного бега 4*100м. Спортивная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.6	Сдача норм в беге на 100 м. Бег по пересеченной местности 2000м. Круговая тренировка. Спортивная игра по выбору	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.7	Бег на выносливость. Метание гранаты.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 1.8	Развитие выносливости: бег 3000 м. (юноши), 2000 м. (девушки).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 2.	**Спортивные игры. Баскетбол.**	**18/18**	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.1.	Повторение перемещения приставным шагом, с изменением направления и скорости. Ведение мяча на месте и в движении. Правила игры.	2	
Тема 2.2	Совершенствование техники ведения мяча. Повторение техники передачи мяча двумя руками от груди. Техника ловли мяча двумя руками от груди. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.3	Совершенствование техники игры в защите: Защитная стойка, овладение мячом при отскоках от щита. Техника броска в кольцо. Игра.	2	
Тема 2.4	Эстафета с баскетбольными мячами. Повторение техники игры в защите: вырывание и выбивание мяча, способы противодействия броскам в кольцо. Игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.5	Отработка техники игры в нападении: индивидуальные тактические действия игрока с мячом и без мяча, взаимодействия двух и трех игроков без противника и с противником. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*

Тема 2.6	Тактика игра в защите: действия в защите против игрока с мячом, без мяча, взаимодействие двух, трех и более игроков в защите. Командные действия. Личная защита, смешанная защита, зонная защита.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.7	Совершенствование тактических действий. Совершенствование бросков в кольцо. Штрафной бросок. Совершенствование техники ведения и передачи мяча. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.8	Отработка вариантов тактических действий в защите. Учебная игра. Правила соревнований.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 2.9	**Зачет:** Штрафной бросок в кольцо. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 3	**Лыжный спорт**	**12/12**	
Тема 3.1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Повороты на лыжах на месте: переступанием, махом, прыжком. Техника передвижения попеременным двухшажным ходом. Транспортировка лыж. Одежда и обувь для занятий.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 3.2	Отработка техники передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход. Свободное скольжение без опоры.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 3.3	Отработка техники попеременного двухшажного хода. Спуск с горы в низкой стойке и подъём «елочкой».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 3.4	Отработка техники попеременного четырехшажного хода, спуска с горы в низкой стойке, торможение «плугом».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 3.5	Отработка техники лыжных ходов, техники спуска и подъема в гору.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 3.6	Контрольный урок: Прохождение дистанции 5 км.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 4	**Спортивные игры. Волейбол.**	**10/10**	
Тема 4.1	Техника безопасности при игре в волейбол. Правила игры. Повторение стойки волейболиста. Перемещение приставными шагами вправо, влево, вперед, назад. Прием и передача мяча сверху в различных направлениях.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 4.2	Прием и передача мяча сверху в различных направлениях на месте и в движении. Прием и передача мяча снизу. Правила соревнований. Ознакомление с элементами техники игры в нападении.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 4.3	Отработка техники верхней прямой подачи, нижней боковой подачи. Совершенствование приема мяча и подачи. Нападающий удар: прямой, боковой, по ходу полета мяча (из зон 4 и 2, а также со второй линии). Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 4.4	Совершенствование подач мяча: нижняя прямая и боковая. Ознакомление с подачей в прыжке. Совершенствование приема мяча с подачи. Тактические действия. Правила. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 4.5	Отработка нападающего удара. Совершенствование верхней прямой подачи, нижней боковой подачи. Повторение приема мяча с подачи. Судейство. Игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 5	**Легкая атлетика**	**16/16**	
Тема 5.1	ТБ на занятиях по легкой атлетике. Эстафетный бег: передача и прием эстафетной палочки. Техника бега – старт, стартовое ускорение. Бег на различных участках дистанции.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.2	Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину способом «Согнув ноги». Совершенствование эстафетного бега 4*100м**.**	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*

Тема 5.3	Бег на средние дистанции. Развитие быстроты, ловкости. Прыжки в длину с разбега. Круговая тренировка. Спортивная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.4	Техника метания гранаты. Бег по пересеченной местности. Спортивная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.5	Сдача контрольных нормативов: прыжок в длину «согнув ноги».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.6	Сдача контрольных нормативов : бег 200 м. Прыжки в длину с разбега.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.7	Сдача контрольных нормативов: метание гранаты (юноши 700 гр.).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 5.8	**Заче**т: Скоростно-силовые упражнения; бег 3000 м. (юноши), 2000 м. (девушки).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
3 курс			
Раздел 6	**Легкая атлетика**	**16/16**	
Тема 6.1	ТБ на занятиях по легкой атлетике. Отработка техники бега на короткие дистанции (100,200,400 м.).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.2	Отработка техники эстафетного бега, передача и прием эстафетной палочки. Совершенствование техники прыжка в длину «согнув ноги».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.3	Сдача контрольных нормативов в беге на 100 м. Отработка техники метания гранаты.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.4	Бег на дистанцию 1000 м. Выполнение специальных упражнений прыгуна в длину.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.5	Отработка техники метания гранаты. Бег по пересеченной местности, финиширование.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.6	Контрольный урок: Прыжок в длину с разбега «согнув ноги». Отработка техники бега на различных участках дистанции.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.7	Сдача контрольных нормативов: метание гранаты (500 гр. дев, 700 гр. юн.).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 6.8	Сдача контрольных нормативов: Бег 200 м.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 7	**Спортивные игры: Баскетбол**	**16/16**	
Тема 7.1	Отработка техники владения мячом: ловля и передача мяча. Техника игры: перемещения с изменением направления, прыжки, остановки, повороты. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.2	Отработка техники игра в защите: перемещения, передвижения приставными шагами, спиной вперед. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.3	Отработка в двухсторонней игре различных схем нападения и защиты.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.4	Отработка техники бросков в кольцо. Штрафной бросок. Совершенствование техники ведения и передачи мяча. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.5	Эстафета с баскетбольными мячами. Повторение штрафного броска. Игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*

Тема 7.6	Отработка техники передачи мяча от груди, ловля мяча, техники броска в кольцо с двух шагов, техники броска в кольцо.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.7	Совершенствование техники бросков в кольцо одной рукой от плеча, двумя руками от груди, остановки прыжком и шагом.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 7.8	**Зачет:** Штрафной бросок кольцо. Учебная игра	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 8	**Лыжный спорт**	**12/12**	
Тема 8.1	Отработка техники попеременных ходов. Выполнение техники поворотов. Прохождение дистанции.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 8.2	Отработка техники одновременных ходов. Спуски и подъем «елочкой», «лесенкой».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 8.3	Отработка техники конькового хода. Повторение строевых приемов с лыжами и на лыжах. Прохождение дистанции 3 км.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 8.4	Совершенствование техники попеременного двухшажного хода. Спуск с горы в низкой стойке и подъём «елочкой».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 8.5	Совершенствование техники скольжения, техники лыжных ходов. Техника спуска с горы. Прохождение дистанции 3 км.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 8.6	Прохождение дистанции 3000-5000 м. Повторение техники поворотов на лыжах.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 9	**Спортивные игры: Волейбол**	**14/14**	
Тема 9.1	Техника безопасности при игре в волейбол. Правила игры. Прием и передача мяча сверху в различных направлениях.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 9.2	Отработка приема мяча снизу, сверху. Отработка одиночного и группового блокирования. Учебная игра.	4	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 9.3	Отработка техники владения мячом. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 9.4	Отработка нападающего удара в парах. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 9.5	Отработка различных вариантов схем защиты, нападения в двухсторонней игре.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 9.6	Отработка нападающего удара. Учебная игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 10	**Футбол**	**6/6**	
Тема 10.1	Техника безопасности. Индивидуальные тактические действия игрока с мячом и без мяча, групповые взаимодействия игроков. Удары по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 10.2	Отработка тактического поведения в нападении и защите. Игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 10.3	**Зачет:** Отработка индивидуальных действий игрока: обводка, финты.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*

4 курс			
Раздел 11	**Легкая атлетика**	**16/16**	
Тема 11.1	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Отработка техники бега на средние дистанции.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.2	Бег со старта 100 м. Совершенствование техники прыжка способом «согнув ноги».	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.3	Отработка техники метания гранаты. Круговая тренировка.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.4	Сдача контрольных нормативов по метанию гранаты.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.5	Бег на выносливость 3000 м.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.6	Скоростно-силовые упражнения; бег 3000 м. (юноши), 2000 м. (девушки).	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.7	Контрольный урок: метание гранаты 500 гр.девушки, 700 гр. юноши.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 11.8	**Заче**т: Бег 200 м. Прыжок в длину с разбега. Подтягивание в висе.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 12	**Атлетическая гимнастика**	**10/10**	
Тема 12.1	Силовые упражнения: подтягивание, отжимания из различных положений, развитие мышц брюшного пресса и мышц спины.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 12.2	Упражнения для развития силы с отягощением: гантели разного веса, гири разного веса, штанга, набивные мячи.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 12.3	Комплекс упражнений на тренажерах.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 12.4	Выполнение силовых упражнений для развития мышц плечевого пояса.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 12.5	Сдача контрольных нормативов.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Раздел 13	**Волейбол**	**10/10**	
Тема 13.1	Техника безопасности при игре в волейбол. Правила игры. Прием и передача мяча сверху в различных направлениях.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 13.2	Отработка техники подач мяча. Совершенствование приема мяча с подачи. Тактические действия. Правила. Учебная игра.	4	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 13.3	Отработка нападающего удара. Совершенствование верхней прямой подачи, нижней боковой подачи. Повторение приема мяча с подачи. Судейство. Игра.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
Тема 13.4	**Дифференцированный зачет:** Выполнение подач мяча.	2	*ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 08*
	Всего:	**172**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению обучения по дисциплине

Реализация учебной дисциплины требует наличие спортивного зала, тренажерных залов, лыжной базы и стадиона.

Оборудование учебного кабинета: спортивный инвентарь, спортивные снаряды, лыжи, столы для настольного тенниса, шахматы, шашки.

Технические средства обучения: ПК, проектор

Электронно-библиотечная система:

Доступ авторизированных пользователей через Интернет

ЭБС IPRsmart, ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа»:

Договор № 9408/22П/1301-22ед 44 от 01.08.2022 – доступ на 1 год, до 29.09.2023

ЭБС «Консультант студента», ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА»:

Договор № 8КСЛ/06-2022/1302-22ед 44 от 01.08.2022 – доступ на 1 год, до 14.09.2023;

ЭБС «ЛАНЬ», ООО «ЭБС ЛАНЬ»:

Договор № 1303-22ед 44 от 01.08.2022 – доступ на 1 год до 12.09.2023;

ЭБС «ЛАНЬ», ООО «Издательство Лань»:

Договор № 1300-22ед 44 от 01.08.2022 – доступ на 1 год до 12.09.2023;

УБД ИВИС, ООО «ИВИС»

Договор № 416-22 ед 44 от 18.03.2022;

БД Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU, ООО «РУНЭБ»:

Договор № 40-21 ЭА/21 от 13.04.2021.

Доступ с компьютеров университетской сети

- Коллекция российских журналов в полнотекстовом электронном виде, Elibrary.ru http://Elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp.
- Ресурсы издательства Springer http://link.springer.com/
- Журналы American Phisical Society http://journals.aps.org
- Журналы Royal Society of Chemistry Journals http://pabs.rsc.org/en/journals
- ЭБС «Лань» http://e/lanbook.com/. Доступ к некоторым разделам ЭБС, в соответствии с Соглашением о сотрудничестве.

3.2. Учебно-методическое обеспечение обучения по дисциплине

Основные учебные издания:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2019.
2. Физкультура и здоровье студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов специальных медицинских групп/ — Электрон. текстовые данные.— Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2020.— 65 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/17686.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Пискунов В.А. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пискунов В.А., Максиняева М.Р., Тупицына Л.П.— Электрон.

текстовые данные.— М.: Прометей, 2020— 86 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/18568.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Дополнительные учебные издания:

1. Полиевский С.А., Старцева И.Д. – Физкультура и профессия – М: Физкультура и спорт – 2018 г.
2. Раевский Р.Т. Профессионально – прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. М: Высшая школа 2019г.
3. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физической культуры – М: Астрель – АСТ 2018 г.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

4.1. Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Результаты обучения	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Общие компетенции: ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	Текущий контроль: - опрос устный (фронтальный); - тестирование; - практической работы (индивидуальная форма работы); Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета