


МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
КОЛЛЕДЖ БИЗНЕСА И ТЕХНОЛОГИЙ

СОГЛАСОВАНО

Директор колледжа

 / Л.Ф. Пелевина

« 22 » 04 2020

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и
методической работе

 / В.Г. Шубаева

« 22 » 04 2020

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.05 Физическая культура

Специальность 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Форма обучения – очная

Уровень образования: основное общее образование

Вид подготовки: базовый

Год набора: 2020

Санкт-Петербург

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» в качестве примерной программы для реализации основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Организация-разработчик: Колледж бизнеса и технологий ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный экономический университет»

Разработчик (и):
Кудрявцева А.С., Часов А.Н.,
преподаватели
Колледжа бизнеса и технологий
ФГБОУ ВО «СПбГЭУ»

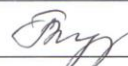

подпись

Рецензент:
Майкова О.В., руководитель
физического воспитания
СПбГБПОУ
Автомеханического колледжа


подпись

Рассмотрено и одобрено на заседании цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин.

Протокол № 9 от 21.07 2020 г.

Председатель ЦК  / М.Ю. Тулкуева

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5	ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	16

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО38.02.03 Операционная деятельность в логистике, укрупнённая группа специальностей 38.00.00 Экономика и управление.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в общеобразовательный учебный цикл «Базовые дисциплины».

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

Требования к предметным результатам освоения базового курса Физическая культура отражают:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645)

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

6) для слепых и слабовидящих обучающихся:

сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;

сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;

7) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с

учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;

овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

личностные:

- готовность к служению Отечеству, его защите;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего

возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

предметные:

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

- основы здорового образа жизни;

- требования, предъявляемые к специальности;

- средства, методы и методики формирования профессионально-значимых двигательных умений и навыков;

- средства, методы и методики формирования профессионально-значимых физических и психических свойств и качеств.

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни;

- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;
- основные правила спортивных игр
- правила соревнований по легкой атлетике и спортивным играм
- технику выполнения двигательного действия по разделам программы
- тактические действия в спортивных играх.

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

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм, атлетической гимнастике и ППФП при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;
- 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, социальном и физическом развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- требования, предъявляемые к специальности;
- средства, методы и методики формирования профессионально-значимых двигательных умений и навыков;
- средства, методы и методики формирования профессионально-значимых физических и психических свойств и качеств.
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и

- физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;
 - основные правила спортивных игр
 - правила соревнований по легкой атлетике и спортивным играм
 - технику выполнения двигательного действия по разделам программы
 - тактические действия в спортивных играх.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 175 часов, в том числе:
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов;
 самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	175
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	117
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	109
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	58
<i>Итоговая аттестация в форме (указать)</i>	<i>1 сем. – зачет, 2 сем. - диф. зачет</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины)

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены) 2	Объем часов 3	Уровень освоения 4
Раздел. 1. Легкая Атлетика			
1.1. Техника бега на различные дистанции.	Содержание учебного материала		
	Лекция «Техника безопасности на уроках физичкой культуры, изучение положения оборганизация учебных занятий по физической культуре в СПбГЭУ, технику безопасности при занятиях легкой атлетикой »	2	2
	Бег 100 м, бег по прямой с различной скоростью. Подвижные игры.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Комплекс упражнений на растягивание	2	3
1.2. Кроссовая подготовка.	Содержание учебного материала		
	Бег по пересеченной местности, бег 100 м, бег 4×100 м, 4×400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	8	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.	4	3
1.3. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Содержание учебного материала		
	ОРУ. Специальные упражнения, подвижные игры.	5	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Реферат на тему «Техника прыжка способом согнув ноги»	4	3
Раздел. 2. Спортивные игры. Баскетбол			
2.1. Разучивание техники владения мячом.	Содержание учебного материала		
	Лекция «Техника безопасности на уроках физичкой при занятиях спортивными играми»	2	
	Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом).	6	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Доклад на тему: «Баскетбол»	4	3
2.2. Разучивание техники нападения.	Содержание учебного материала		
	Прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения.	8	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Упражнения для развития координации	4	3
2.3 Разучивание бросков мяча.	Содержание учебного материала		
	Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.	6	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Доклад на тему: «Подвижные игры»	4	3
2.4 Разучивание техники игры в защите.	Содержание учебного материала		
	Тактика защиты, персональная защита, зонная защита.	8	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Доклад на тему: «Физическая культура в обеспечении здоровья»	4	3
Раздел. 3. Гимнастика			
3.1. Атлетическая гимнастика.	Содержание учебного материала		
	Лекция «Техника безопасности на уроках физичкой при занятиях атлетической гимнастикой»	2	
	Работа на тренажерах, круговая тренировка.	6	2
	Самостоятельная работа обучающихся		

	Реферат на тему: «Методы коррекции фигуры»	4	3
3.2. Общая физическая культура	Содержание учебного материала		
	ОФП.	6	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Доклад на тему: «Признаки утомления различной степени и способы борьбы с утомлением»	4	3
3.3. Общеразвивающие упражнения (ОРУ).	Содержание учебного материала		
	Упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, с набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	4	2
3.4. Акробатика.	Содержание учебного материала		
	Комбинация из спортивно-гимнастических и акробатических элементов.	6	2
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол			
4.1. Разучивание техники игры в нападении.	Содержание учебного материала		
	Сойки, перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе.	12	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Реферат на тему: «Особенности построения и содержания самостоятельных занятий по общей физической подготовке».	4	3
4.2. Разучивание техники игры в защите.	Содержание учебного материала		
	Блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.	12	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Реферат на тему: «Основы здорового образа жизни»	4	3
Раздел 5. Профессионально прикладная физическая подготовка (ППФП)			
5.1. Круговая тренировка на развитие силы и силовой выносливости	Содержание учебного материала		
	Лекция «Роль ППФК для становления профессионала»	2	
	Комплекс упражнений на развитие силы и силовой выносливости	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Составить комплекс для занятий дома для развития силы и силовой выносливости.	4	3
5.2. Круговая тренировка на развитие ловкости	Содержание учебного материала		
	Комплекс упражнений на развитие ловкости	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Составить комплекс для занятий дома для развития ловкости.	4	3
5.3. Круговая тренировка на развитие гибкости	Содержание учебного материала		
	Комплекс упражнений на развитие гибкости	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Составить комплекс для занятий дома для развития гибкости.	2	3
5.4. Круговая тренировка на развитие быстроты	Содержание учебного материала		
	Комплекс упражнений на развитие быстроты	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Составить комплекс для занятий дома для развития быстроты.	2	3
Всего:		175	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Спортивный зал: Рабочее место преподавателя- 3 шт., маты гимнастические; мячи баскетбольные, волейбольные; скакалки; обручи; тренажеры различных модификаций; шведская стенка; кольца баскетбольные; сетка волейбольная; комплекты утяжелителей для ног; теннисные столы- 3 шт.; ракетки для настольного тенниса; ракетки для бадминтона.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: оборудование – лабиринт, разрушенная лестница, одиночный окоп, трибуна для зрителей двухрядная с навесом- 2 шт, щит баскетбольный -2 шт, кольцо баскетбольное усиленное- 2 шт

Ауд.2407 (аудитория)

Учебная мебель на 30 посадочных мест, рабочее место преподавателя, доска меловая-1шт., компьютер преподавателя Pentium E5300 -1шт., Проектор NEC с проекционным экраном Star.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Microsoft Windows Professional (КОНТРАКТ № 244/20 «26» июня 2020 г, Microsoft Office Professional (КОНТРАКТ № 244/20 «26» июня 2020 г), 7-Zip (freeware).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Библиографическое описание издания (автор, заглавие, вид, место и год издания, кол. стр.)	Основная/ дополнительная литература	Книгообеспеченность	
		Кол-во. экз. в библиот. СПбГЭУ	Электронные ресурсы
Алхасов Д. С. Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 1 : Учебное пособие Для СПО / Алхасов Д. С. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018 .— 254с .	осн		ЭБС Юрайт
Алхасов Д. С. Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 2 : Учебное пособие Для СПО / Алхасов Д. С. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018 .— 441с .	осн		ЭБС Юрайт
Аллянов Ю. Н. Физическая культура : Учебник Для СПО / Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. — 3-е изд. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018 .— 493с .	осн		ЭБС Юрайт
Германов Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : Учебное пособие Для СПО / Германов Г. Н., Никитушкин В. Г., Цуканова Е. Г. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018 .— 461с	доп		ЭБС Юрайт
Ягодин В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : Учебное пособие Для СПО / Ягодин В.	доп		ЭБС Юрайт

В. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 113с .			
Готовцев Е.В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : Учебное пособие Для СПО / Готовцев Е. В., Германов Г. Н., Машошина И. В. — 2-е изд., пер. и доп. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 402с .	доп		ЭБС Юрайт
Булгакова Н. Ж. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : Учебное пособие Для СПО / Булгакова Н. Ж., Морозов С. Н., Попов О. И., Морозова Т. С. ; под ред. Булгаковой Н.Ж. — 3-е изд., пер. и доп. — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 399с .	доп		ЭБС Юрайт
Муллер А. Б. Физическая культура : Учебник и практикум Для СПО / Муллер А. Б. [и др.] . — Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 424с .	доп		ЭБС Юрайт

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, соревнований, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; основы здорового образа жизни; требования, предъявляемые к специальности; средства, методы и методики формирования профессионально-значимых двигательных умений и навыков; средства, методы и методики формирования профессионально-значимых физических и психических свойств и качеств. влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику 	<p><u>Формы контроля обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - практические задания по работе с информацией; - домашние задания проблемного характера; <p><u>Оценка</u> подготовленных студентом фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</p>

<p>профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> • способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; • правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности; • основные правила спортивных игр • правила соревнований по легкой атлетике и спортивным играм • технику выполнения двигательного действия по разделам программы • тактические действия в спортивных играх 	
<p>Должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики; • выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; • проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями; • преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; • выполнять приемы страховки и самостраховки; • осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; • выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм, атлетической гимнастике и ППФП при соответствующей тренировке, с учетом 	<p>Методы оценки результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которой выставляется итоговая отметка; • тестирование в контрольных точках. <p>Легкая атлетика.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): бега на короткие, средние, длинные дистанции; прыжков в длину, в высоту разными способами. 2. Оценка самостоятельного проведения занятий с решением задачи по развитию физического

<p>состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. 	<p>качества средствами легкой атлетики.</p> <p>Спортивные игры.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр. 2. Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм. 3. Оценка выполнения студентом функций судьи. 4. Оценка проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр. <p>Атлетическая гимнастика (юноши)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка техники выполнения упражнений, комплексов с отягощениями. 2. Оценка самостоятельного проведения фрагмента занятия или занятия. <p>ППФП.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка уровня физического развития профессионально-значимых качеств. 2. Оценка формирования профессионально-значимых двигательных умений и навыков. <p>Для определения уровня физической подготовленности студентов проводится тестирование в начале учебного года. Динамика роста результатов определяется после сдачи учебных</p>
--	--

	нормативов в конце года.
--	--------------------------

5. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья КБ иТ обеспечивает:

для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий; присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения, а также пребывание в указанных помещениях.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.