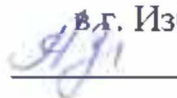


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Дагестанский государственный университет» в г. Избербаше
Отделение среднего профессионального образования

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор филиала ДГУ
в г. Избербаше



З.М.Алиева

04.05. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 05 Физическая культура
код и название дисциплины по ФГОС

по программе подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) среднего
профессионального образования

Специальность: **38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет
(по отраслям)**

Обучение: *по программе базовой подготовки*

Уровень образования, на
базе которого
осваивается ППССЗ: *Основное общее образование
Среднее общее образование*

Квалификация: *бухгалтер*

Форма обучения: *Очная, заочная*

Избербаш 2023 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:
Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) входящей в состав укрупнённой группы профессий по профилю: **социально-экономический**, рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2023-2024 учебный год.

Организация - разработчик: Филиал ФГБОУ ВО «ДГУ» в г. Избербаше

Разработчик: Газиев М.А.

Рецензент:



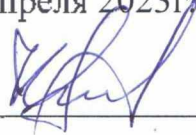
Омарова П.Х.,

кандидат наук

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметно-цикловой комиссии отделения СПО филиала ДГУ в г. Избербаше.

Протокол № 8 «28» апреля 2023г.

Председатель



А.Х. Кагирова

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО **38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)** (базовой подготовки), входящей в состав укрупнённой группы профессий **38.02.00 Экономика и управление** по направлению **Гуманитарные науки**

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл основной профессиональной образовательной программы.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

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

- основы здорового образа жизни.

экономист (базовой подготовки) должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 180 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 102 часа;

самостоятельной работы обучающегося 74 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	180
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	102
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	102
лекций	
курсовая работа (проект)	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	74
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	КУРС 2 , 3 СЕМ	54	4
Раздел 1. Социально-культурные, психолого-педагогические и медико-биологические основы.		2	ОК 03 ОК.04 ОК. 08
Тема 1.1. Физические способности человека. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Социально-биологические основы физической культуры и спорта.	Практические занятия	1	
	1. Физические способности (качества), методические принципы, коррекция телосложения и функциональной подготовленности, акцентирование и комплексное развитие физических качеств; профессионально-прикладная физическая подготовка.		
	Лабораторные работы	-	
	Практические занятия	-	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа	-	
Тема 1.2. Основы физической и спортивной подготовки. Профилактические и восстановительные мероприятия в процессе занятий физическими упражнениями	Содержание учебного материала.	1	
	1. Общая и специальная физическая подготовка, спортивная тренировка, тренированность, спортивная форма, двигательные умения и навыки, учебно-тренировочные занятия, объем и интенсивность занятий, разминка и вработывание. Профилактика и реабилитация травматизма, простудных заболеваний, стрессов.		
	Лабораторные работы	-	
	Практические занятия	-	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа	-	

Раздел 2. Легкая атлетика.			
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Практические занятия		2
	1.	Биомеханические основы техники бега; техника низкого старта; старты и стартовые ускорения; бег по дистанции, финиширование, специальные упражнения.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		2
	Самостоятельная работа обучающихся: утренняя гимнастика, оздоровительный бег.		
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега.	Содержание учебного материала.		2
	1.	Техника бега на средние и длинные дистанции; старт, бег по дистанции, прохождение поворотов (работа рук, стопы), финишный бросок.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		5
	Самостоятельная работа обучающихся: длительный кросс до 15-18 минут.		
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега.	Практические занятия		2
	1.	Специальные упражнения; знать способы прыжков в высоту («перешагивание», «перекидной», «фосбери-флоп»); техника разбега, отталкивание, переход через планку и приземление.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		5
	Самостоятельная работа обучающихся: специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), акробатические упражнения (кувырки, группировки, перекаты).		10
Тема 2.4. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.	Практические занятия.		2
	1.	Знать способы прыжков в длину («согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы»); техника разбега, отталкивание, полет, приземление.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		5
	Самостоятельная работа обучающихся: Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), ак-		10

	робатические упражнения (кувырки, группировки, перекаты).	
Тема 2.5. Совершенствование техники метания гранаты (д.- 500 гр., юн.-700 гр.)	Практические занятия	2
	1. Техника безопасности при метании; биомеханические основы техники метания; держание гранаты, разбег, заключительная часть разбега, финальные усилия.	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	5
	Самостоятельная работа обучающихся: Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса, ног.	5
Тема 2.6. Методика эффективных и экономичных способов владения жизненно-важными умениями и навыками (ходьба, бег), методы овладения умениями и навыками).	Практические занятия	7
	1. Эффективные способы владения жизненно-важными умениями и навыками (ходьба, бег), методы овладения умениями и навыками).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	-
	Самостоятельная работа обучающихся: утренние прогулки, бег трусцой.	5
Тема 2.7. Простейшие методики оценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для направленной коррекции.	Практические занятия	3
	1. Признаки работоспособности, усталости, утомления; средства физической культуры для коррекции (выносливость, защитные функции, общее и локальное утомление, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, энергетические запасы организма, тесты).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	-
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 2.8. Контрольные занятия.	Практические занятия	-
	Лабораторные работы (зачеты):	5
	1. выполнение контрольного норматива в беге на 100 м.;	
	2. выполнение контрольного норматива в беге на 2000-1000 м;	
	3. выполнение контрольного норматива в прыжках в высоту;	

	4.	выполнение контрольного норматива в прыжках в длину;	
	5.	выполнение контрольного норматива в метании гранаты;	
	Практические занятия		-
	Самостоятельная работа обучающихся:		-
Раздел 3. Баскетбол.	КУРС 2 , 4 СЕМ		44
Тема 3.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты.	Практические занятия		1
	1.	Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки, остановки, повороты (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок).	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		3
	Самостоятельная работа обучающихся: перемещение в игровых действиях в баскетболе.		
Тема 3.2. Передачи мяча.	Практические занятия		4
	1.	Передача мяча двумя руками от груди; передача мяча двумя руками сверху; передача мяча двумя руками снизу; передача мяча одной рукой от плеча; передача одной рукой от головы или сверху; передача одной рукой «крюком»; передача одной рукой снизу; передача одной рукой сбоку; скрытая передача мяча за спиной.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		6
	Самостоятельная работа обучающихся: Передачи мяча в усложненных условиях.		1
Тема 3.3. Ведение мяча.	Практические занятия.		4
	1.	Ведение с высоким и низким отскоком; со зрительным и без зрительного контроля; обводка соперника с изменением высоты отскока; с изменением направления; с изменением скорости; с поворотом и переводом мяча.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		6
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с двумя мячами.		
Тема 3.4.	Содержание учебного материала:		2

Техника штрафных бросков.	1.	Техника штрафных бросков: подготовка к броску; бросок (техника работы рук и ног).	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		8
	Самостоятельная работа обучающихся: броски на результат с линии штрафного броска, после ОФП		
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении.	Практические занятия		5
	1.	Техника защиты: техника передвижений (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты); техника овладения мячом и противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока).	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		12
	1.	Тактика нападения: (индивидуальные (действия игрока с мячом и без мяча), групповые (взаимодействие двух и трех игроков), командные действия (позиционное и стремительное нападение).	
	Самостоятельная работа обучающихся: Учебная игра (с заданиями).		
Тема 3.6. Основы методов судейства и тактики игры.	Практические занятия		2
	1.	Знать технику игры; знать правила судейства и тактики игры.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		9
	1.	Выполнять технику поворотов, приема и передачи мяча, технику штрафных бросков, ведение мяча.	
	Самостоятельная работа обучающихся: упражнения для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.		8
Тема 3.7. Методика индивидуального подхода к направленному развитию физических качеств.	Практические занятия		2
	1.	Развитие основных физических качеств баскетболистов: быстрота, ловкость, выносливость, прыгучесть, сила; знать методику индивидуального подхода двигательных качеств.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		
	Самостоятельная работа обучающихся:		-
Тема 3.8.	Практические занятия		-

Контрольные занятия.	Лабораторные работы (зачеты):		4	
	1.	два шага бросок в кольцо;		
	2.	штрафной бросок;		
	3.	баскетбольная «Дорожка» (простейшие элементы баскетбола).		
	Практические занятия		-	
Самостоятельная работа обучающихся				
Раздел 4. Гимнастика.		32		
Тема 4.1. Строевые приемы. Фигурные передвижения. Построения и перестроения. Размыкания и смыкания	Практические занятия:		1	
	"Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", "Вольно!", "Отставить!", "Правой (левой) - вольно!". "По порядку - Рассчитайсь!" и др. Повороты на месте. Обход. Противоход. Змейка. Петля открытая. Петля закрытая. Противоходы. Диагональ. Передвижения по точкам зала. Перестроения из одной шеренги в две. Перестроение из одной шеренги и три. Перестроения из колонны по одному в колонны по два (три). Перестроение из шеренги уступом. Перестроение из одной колонны в три уступом. Перестроение из шеренги в колонну захождением отделений плечом. Перестроения из колонны по одному в колонну по два (три и т.д.) поворотом в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь дроблением и сведением. Перестроение из колонны в круг. Перестроение из одного круга в два. Перестроение из одного круга в три. Размыкание по уставу ВС. Размыкание приставными шагами. Размыкания по распоряжению. Размыкания по направляющим в колоннах. Размыкание дугами.			
	Лабораторные работы (зачеты)			-
	Практические занятия			-
	Самостоятельная работа обучающихся: повороты на месте и в движении.			2
	Тема 4.2. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.			1
	1.	Направленность общеразвивающих упражнений; знать основные положения рук, ног, терминологию; провести с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ.		
Лабораторные работы (зачеты)				
Практические занятия		1		
Самостоятельная работа обучающихся:		-		

Тема 4.3. Составление комплекса ОРУ и проведение их студентами.	Практические занятия:		1
	1.	Знать требования к составлению комплекса ОРУ, терминологию; составить комплексы ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.).	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		1
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение утренней гигиенической гимнастики.		2
Тема 4.4. Техника акробатических упражнений.	Практические занятия:		1
	1.	(Кувырок вперед, назад, стойки: на лопатках, голове, руках, мост, полушпагат); знать технику безопасности при выполнении акробатических упражнений.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		1
	Самостоятельная работа обучающихся: перекаты вперед, назад, группировки.		6
Тема 4.5. Самостоятельное составление и выполнение простейших комбинаций из изученных упражнений.	Практические занятия		1
	1.	Знать терминологию; составить простейшую комбинацию из акробатических упражнений	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		1
	Самостоятельная работа обучающихся: упражнения для мышц брюшного пресса, спины, шеи, рук, ног.		2
Тема 4.6. Техника опорного прыжка.	Практические занятия		1
	1.	(Разбег, наскок, отталкивание, приземление); подводящие и специальные упражнения; знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		1
	Самостоятельная работа обучающихся:		-
Тема 4.7. Упражнения на брусьях.	Содержание учебного материала:		1
	1.	(Висы, упоры); подводящие и специальные упражнения; знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера.	

	Лабораторные работы (зачеты)	
	Практические занятия	1
	Самостоятельная работа обучающихся: упражнения для мышц плечевого пояса, брюшного пресса.	2
Тема 4.8. Упражнения на бревне.	Практические занятия:	1
	1. (Наскок, ходьба, равновесие, повороты, соскок).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	1
	Самостоятельная работа обучающихся:	
Тема 4.9. Самостоятельное проведение подготовительной части урока с группой студентов.	Содержание учебного материала:	1
	1. Структура подготовительной части урока; провести подготовительную часть урока по гимнастике с группой.	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	1
	Самостоятельная работа обучающихся: составить конспект подготовительной части урока.	2
Тема 4.10. Контрольные занятия.	Практические занятия	-
	Лабораторные работы (зачеты):	2
	1. акробатическая комбинация;	
	2. выполнение контрольного норматива прыжок через козла “ноги врозь”;	
	3. комбинация на параллельных брусьях;	
	4. комбинация на гимнастическом бревне.	
	Практические занятия	-
Самостоятельная работа обучающихся:	-	
Раздел 5. Волейбол.	КУРС 3 , 5СЕМ	44
Тема 5.1. Стойки игрока и перемещения.	Практические занятия:	2
	1. Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок), (основная стойка, перемещение вперед, назад, вправо, влево).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-

	Практические занятия	2
	Самостоятельная работа обучающихся: перемещение по зонам площадки.	8
Тема 5.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.	Практические занятия	2
	1. Совершенствование техники, приемов и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	6
	Самостоятельная работа обучающихся: Приемы и передачи мяча в парах, с увеличением числа мячей.	
Тема 5.3. Нижняя прямая и боковая подача.	Практические занятия	2
	1. Совершенствование техники нижней прямой и боковой подачи мяча (стойка во время подачи, работа рук и ног).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	6
	Самостоятельная работа обучающихся: подача на результат по зонам.	8
Тема 5.4. Верхняя прямая подача.	Практические занятия	2
	1. Совершенствование техники верхней прямой подачи (стойка, работа рук и ног).	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	-
Тема 5.5. Тактика игры в защите и нападении.	Практические занятия	4
	1. Совершенствование тактики игры в защите и нападении (подача в зону, нападающий удар, блокирование игрока с мячом); знать тактику игры в защите и нападении; знать технику игры; знать правила судейства; выполнять приемы передачи мяча; выполнять нижнюю прямую и боковую, верхнюю прямую подачи; участвовать в судействе соревнований.	
	Лабораторные работы (зачеты)	-
	Практические занятия	6
	Самостоятельная работа обучающихся: упражнения на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса мышц ног.	1
Тема 5.6.	Практические занятия	2

Основы методики судейства по избранному виду спорта. Правила соревнований. Техника и тактика игры. Практика судейства.	1.	Судейство в волейболе; правила соревнований; судьи, бригада судей; жесты судей; техника и тактика игры.	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		2
	Самостоятельная работа обучающихся: судей соревнований по волейболу.		1
Тема 5.7. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической направленностью.	Практические занятия		1
	1.	Проведение простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической направленностью	
	Лабораторные работы (зачеты)		-
	Практические занятия		2
	Самостоятельная работа обучающихся: комплекс специальных упражнений волейболистов		6
Тема 5.8. Контрольные занятия.	Практические занятия		-
	Лабораторные работы (зачеты):		3
	1.	Передачи мяча в парах;	
	2.	Прием мяча снизу и сверху;	
	3.	Верхняя прямая подача.	
	Практические занятия		-
	Самостоятельная работа обучающихся:		-
Раздел 6. Подвижные игры.	КУРС 3 , 6СЕМ		32
Тема 6.1. Подвижные игры преимущественно с бегом.	Практические занятия		1
	1.	Методика проведения подвижных игр с бегом; знать правила соревнований; знать технику безопасности; иметь практику судейства подвижных игр.	
	Лабораторные работы (зачеты):		-
	Практические занятия		1
	Самостоятельная работа обучающихся: игра в подвижные игры с бегом.		

Тема 6.2. Подвижные игры с элементами баскетбола, волейбола.	Практические занятия		1
	1.	Методика проведения подвижных игр с элементами баскетбола, волейбола; знать правила соревнований; знать технику безопасности; иметь практику судейства подвижных игр с элементами баскетбола и волейбола.	
	Лабораторные работы (зачеты):		-
	Практические занятия		2
	Самостоятельная работа обучающихся: игра в подвижные игры с элементами баскетбола, волейбола.		
Тема 6.3 Подвижные игры на развитие физических качеств.	Практические занятия		2
	1.	Методика проведения подвижных игр на развитие физических качеств; знать правила соревнований; знать технику безопасности; иметь практику судейства подвижных игр.	
	Лабораторные работы (зачеты):		-
	Практические занятия		3
	Самостоятельная работа обучающихся: подвижные игры на развитие физических качеств: ловкости, выносливости, быстроты, силы.		6
Тема 6.4. Подвижные игры на освоение отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.	Практические занятия		2
	1.	Методика проведения подвижных игр на освоение отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки; знать правила соревнований; знать технику безопасности; иметь практику судейства подвижных игр.	
	Лабораторные работы (зачеты):		-
	Практические занятия		3
	Самостоятельная работа обучающихся: утренняя гигиеническая гимнастика.		4
Примерная тематика курсовой работы (проекта) не предусмотрено			-
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) не предусмотрено			-
Всего:			180

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

Реализация учебной дисциплины осуществляется в спортивном зале.

Оборудование учебного кабинета:

- наличие спортивного зала, стадиона, тренажерного зала;
- наличие спортивного инвентаря (мячи, футбольные стойки, гимнастические маты, перекладины, брусья, гимнастические козлы и др.).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. *Германов, Г. Н.* Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/514930>
2. *Филиппов, С. С.* Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. С. Филиппов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17685-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/533532>
3. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10—11 кл. — М., 2020.
4. Бирюкова А.А. Спортивный массаж: учебник для вузов. — М., 2020.
5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учеб. пособия для студентов СПО. — М., 2020.
6. Хрущев С.В. Физическая культура детей заболеванием органов дыхания: учеб. пособие для вузов. — М., 2020.

Дополнительные источники:

1. Барчуков И.С. Физическая культура. — М., 2020.
2. Бишаева А.А., Зимин В.Н. Физическое воспитание и валеология: учебное пособие для студентов вузов: в 3 ч. Физическое воспитание молодежи с профессиональной и валеологической направленностью. — Кострома, 2014.
3. Вайнер Э.Н. Валеология. — М., 2017.
4. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология: учебный практикум. — М., 2017.
5. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании. — М., 2016.

6. Методические рекомендации: Здоровье сберегающие технологии в общеобразовательной школе / под ред. М.М.Безруких, В.Д.Сонькина. — М., 2018.
7. Решетников Н.В. Физическая культура. — М., 2018.
8. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры. — М., 2005.

Программное обеспечение и Интернет – ресурсы:

1. Вайнер Э.Н. Валеология: [Электронный ресурс]: учебник для студентов вузов/ Э.Н. Вайнер. – М.: Флинта, 2020 – 448с. - URL: <http://www.biblioclub.ru/book/79501/>.

2. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура: [Электронный ресурс]: /Э.Н. Вайнер. – М.: Флинта: Наука, 2020. – 424с. - URL: <http://www.biblioclub.ru/book/83549/>.

3. Голденков М. История зимних олимпиад: Дорога в Сочи: [Электронный ресурс]:/ М. Голденков. – Минск: Тетра Системс, 2020. – 352с.- URL: <http://www.biblioclub.ru/book/78563/>.

4. Купчинов, Р.И. Физическое воспитание:[Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов подгот. и учеб.-тренировоч. групп учреждений обеспечивающих получение высш. образования/ Р.И. Купчинов. – Минск: Тетра Системс, 2016. – 352с. - URL: <http://www.biblioclub.ru/book/78089/>.

5. Сальников А.Н. Физическая культура: [Электронный ресурс] : конспект лекций/ А.Н. Сальников. – М.: Приор- издат, 2017. – 124с. - URL: <http://www.biblioclub.ru/book/56281/>.

Сведения об электронных информационных и образовательных ресурсах

Название	Способ доступа к ресурсу	Гиперссылка
1 Электронно - библиотечная система (ЭБС) IPR books). Лицензионный договор № 9590/22П на электронно-библиотечную систему IPRbooks от 24.10.2022 г. Срок действия договора со 02.10.2022 г. по 01.10.2023 г.	По IP адресам университета и по логину и паролю до окончания срока действия подписки	www.iprbookshop.ru
2 Электронно-библиотечная система (ЭБС) «Университетская библиотека онлайн»: Договор об оказании информационных услуг №137-09/2022 от 3 октября 2022 г. Срок действия договора с 01.10.2022 до 30.09.2023 г.	По IP адресам университета и по логину и паролю до окончания срока действия подписки	www.biblioclub.ru
3 Электронно-библиотечная система (ЭБС) Юрайт. Лицензионный договор №	По IP адресам университета и по логину и паролю до окончания срока действия	https://urait.ru/ .

32211773106-ЕП от 24 октября 2022 г. Срок действий договора со 29.11.2021 г. по 28.11.2022 г. Подписка ДГУ – вся коллекция СПО для колледжа.	подписки	
4 Научная электронная библиотека Лицензионное соглашение № 844 от 01.08.2014 г. Срок действия соглашения с 1.08.2014г. Без ограничения срока.	По IP адресам университета	http://elibrary.ru
5 Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/101/НЭБ/1597 о предоставлении доступа к Национальной электронной библиотеке от 1 августа 2016 г. Срок действия договора с 01.08.2016 г. без ограничения срока. Договор может пролонгироваться неограниченное количество раз, если ни одна из сторон не желает его расторгнуть.	По IP адресам информационно-библиографического отдела	rusneb.ru
6 Springer Nature. Письмо РЦНИ от 17.10.2022 г. № 1354 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства Springer Nature на условиях национальной подписки. Доступ к журналам бессрочно.	По IP адресам университета и удаленно до срока окончания договора	http://link.springer.com
7 Wiley. Письмо РЦНИ от 19.07.2022 г. № 983 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства John Wiley & Sons, Inc в 2022 году на условиях национальной подписки. Срок действия с 13.07.2022 г. по 30.06.2023 г.	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	https://onlinelibrary.wiley.com/
8 China Academic Journals (CD Edition) Electronic Publishing House Co., Ltd. Письмо РФФИ от 02.08.2022 №1044 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства China Academic Journals (CD Edition) Electronic Publish-	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	https://ar.cnki.net/ACADR E

ing House Co., Ltd в 2022 г. на условиях централизованной подписки. Доступ к ресурсу до 30.06.2023 г.		
9 Questel SAS. Письмо РФФИ от 30.06.2022 № 908 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства Questel SAS в 2022г. на условиях централизованной подписки. Доступ к ресурсу до 30.06.2023	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	https://www.orbit.com
10 American Physical Society. Письмо РЦНИ от 31.10.2022 № 1402 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства American Physical Society в 2022 г. на условиях централизованной подписки. Доступ к ресурсу до 30.06.2023 г.	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	journals.aps.org
11.Вузовская электронная библиотека (собственная): http://elib.dgu.ru/marcweb/Default.asp 2 наименования		http://eor.dgu.ru/ http://np.icc.dgu.ru/ http://moodle.dgu.ru
12 EBSCO eBooks. Письмо от 28.04.2023 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства EBSCO Information Services GmbH. Доступ к ресурсу до 2030-12-31	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	ebSCO.com
13 CNKI Academic Reference Письмо РФФИ от 14.06.2023 № 867 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства Tongfang knowledge network technology co., ltd.	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	www.publishersglobal.com
14 American Chemical Society Письмо РФФИ от 07.04.2023 № 573 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства American Chemical Society Доступ к ресурсу до 2023-06-30	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	www.acs.org
15 Spriner Nature 2023 eBook Collections Письмо РФФИ от 29.12.2022 № 1947 о предоставлении лицен-	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	https://www.springernature.com/gp/librarians/products/ebooks/ebook-collection

зионного доступа к содержанию баз данных издательства Доступ активен до 2030-12-31		
16 Life Sciences Package и базы данных Springer Nature Письмо РФФИ от 29.12.2022 № 1950 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных издательства Доступ активен до: 2030-12-31	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	www.springernature.com
17 AIP Publishing Письмо РФФИ от 31.10.2022 № 1404 о предоставлении лицензионного доступа к содержанию баз данных AIPP E-Book Colection1+ Colection2 издательства AIP Publishing на условиях централизованной подписки. Доступ активен: бессрочно	По IP адресам университета и после регистрации удаленно до срока окончания договора	scitation.org

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Итоговым контролем освоения обучающимися дисциплины является дифференцированный зачет.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Конт компетенции	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь:		
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	ОК. 08	выполнение индивидуальных заданий
знать:		
- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	ОК. 08	выполнение индивидуальных заданий
- основы здорового образа жизни.	ОК. 08	выполнение индивидуальных заданий

		ний
--	--	-----

