

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт Пищевых производств
Кафедра физической культуры

СОГЛАСОВАНО:

Директор института Матюшев В.В.
«31» марта 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор Пыжикова Н.И.
«31» марта 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ФГОС СПО

по специальности *19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов»*

Курс 1-3

Семестр 1-6

Форма обучения: очная

Квалификация выпускника: *техник-технолог*

Срок освоения ОПОП 2 г 10 м

Красноярск, 2022

Составители: Кумм Л.В., ст.преподаватель

«12» марта 2022г

Программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов» квалификация «Техник-технолог».

Программа обсуждена на заседании кафедры протокол № 7 «05» марта 2022г.

Зав. кафедрой Шубин Д.А., канд.пед.наук, доцент

«05» марта 2022г

Лист согласования рабочей программы

Программа принята методической комиссией института пищевых производств протокол № 7 от 25 марта 2022 г.

Председатель методической комиссии Кох Д.А., к.т.н., доцент

25 марта 2022 г.

Заведующий выпускающей кафедрой по специальности 19.02.08 Технология мяса и мясных продуктов Величко Н.А., д.т.н., профессор 25 марта 2022 г.

Оглавление

АННОТАЦИЯ	4
1. ТРЕБОВАНИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ.....	6
1.1. ВНЕШНИЕ И ВНУТРЕННИЕ ТРЕБОВАНИЯ.....	6
1.2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ.....	6
2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4.1. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ	9
4.2. ТРУДОЁМКОСТЬ МОДУЛЕЙ И МОДУЛЬНЫХ ЕДИНИЦ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4.3. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10
4.4. ЛАБОРАТОРНЫЕ/ПРАКТИЧЕСКИЕ/СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ.....	10
4.5. САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ САМОПОДГОТОВКИ К ТЕКУЩЕМУ КОНТРОЛЮ ЗНАНИЙ.....	10
5. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.....	12
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	13
6.1. ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	13
6.2. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	13
7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ.....	15
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	17
9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	18
10. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.....	19

Аннотация

Дисциплина «Физическая культура» является частью цикла профессиональной подготовки дисциплин ОГСЭ.04 для подготовки специалистов среднего звена по направлению 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов», квалификация «Техник-технолог».

Дисциплина реализуется в институте пищевых производств кафедрой физической культуры.

В результате освоения дисциплины должны быть сформированы следующие компетенции:

ОК-2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы

и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

ОК-3. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;

ОК-6. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепления здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, способы контроля и оценки физического развития, физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

уметь:

- творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

владеть:

-теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: теоретические, практические и самостоятельные занятия.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля текущей успеваемости: в форме опроса и промежуточный контроль в форме тестирования физической подготовленности.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 336 часов. Программой дисциплины предусмотрено: практические занятия - 168 часа, самостоятельные занятия -168 часа.

1. Требования к дисциплине

1.1 Место дисциплины в учебном процессе

Преподавание дисциплины «Физическая культура» ведется по специальности 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов», квалификация «Техник-технолог» на 1-3 курсах и предусматривает следующие формы организации учебного процесса: практические занятия - 168 часа, самостоятельная работа – 168 часа, промежуточная аттестация, зачеты, диф.зачет.

2. Цели и задачи и задачи дисциплины.

Целью дисциплины «Физическая культура» является формирование здорового образа жизни и спортивного стиля жизни, воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребностью в физическом саморазвитии и самосовершенствовании.

Задачи дисциплины:

ОК-2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

ОК-3. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;

ОК-6. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепления здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, способы контроля и оценки физического развития, физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

уметь:

- творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

владеть:

- теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 336 часов: практические занятия - 168 часов, самостоятельные занятия - 168 часа.

4.2 Трудоемкость модулей и модульных единиц

Таблица 2

Тематический план

	Раздел дисциплины	Всего	В том числе		Формы контроля
			ПЗ	СРС	
	«Физическая культура»		ПЗ	СРС	Тестирование
		336	168	168	Зачет Диф.зачет

4.2.Трудоемкость модулей и модульных единиц

Таблица 3

Трудоемкость модулей и модульных единиц

Наименование модулей и модульных единиц дисциплины	Всего часов на модуль			
		СРС	ПЗ	
Модуль 1. Самостоятельные занятия	336	168	168	
Модульная единица 1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов		36		
Модульная единица 1.2. Социально-биологические основы физической культуры.		36		
Модульная единица 1.3. Основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, средства физической культуры в регулировании работоспособности		36		
Модульная единица 1.4. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями		36		
Модульная единица 1.5. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья		24		
Модуль 2.Практические занятия.				
Модульная единица 2.1. Легкая атлетика			36	
Модульная единица 2.2 Лыжная подготовка.			34	
Модульная единица 2. 3. Спортивные игры.			34	
Модульная единица 2.4 Гимнастика			34	
Модульная единица 2.5. Атлетическая гимнастика			30	
итого		168	168	

4.3 Содержание модулей дисциплины

Учебная дисциплина «физическая культура» реализуется в объеме 336 академических часов в очной форме обучения в виде практических занятий, СРС для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, и уровня физической подготовленности для выполнения ими контрольных. Теоретический курс учебным планом не предусмотрен.

4.4. Практические занятия

Содержание занятий и контрольных мероприятий

Таблица 4

Содержание занятий и контрольных мероприятий

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	Вид контрольного мероприятия	
Модуль 2			
1.	Мод.ед. 2.1 Легкая атлетика (женщины)	Сдача контрольных нормативов	36
	Бег 100 м (сек)		
	Кросс 2000 м (мин. Сек)		
	Челночный бег 10 x 10 м (сек)		
	Прыжок в длину с места (см)		
2.	Мод.ед. 2.2 Гимнастика (женщины)	Сдача контрольных нормативов	34
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамейки (кол-во раз)		
	Поднимание и опускание туловища, руки за головой (кол-во раз)		
3.	Мод.ед. 2.3. Лыжная подготовка	Сдача контрольных нормативов	34
	Бег на лыжах 3 км (мин. сек.) (женщины)		
	Бег на лыжах 5 км (мин.сек) (мужчины)		
4.	Мод.ед. 2.4. Легкая атлетика (мужчины)	Сдача контрольных нормативов	34
	Бег 100 м (сек)		
	Кросс 3000 м (мин. сек.)		
	Прыжок в длину с места		
5.	Мод.ед. 2.5. Гимнастика (мужчины)	Сдача контрольных нормативов	30
	Силовой переворот в упоре на перекладине (кол-во раз)		
	В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)		
	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)		
	Сгибание, разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)		
	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа от пола		
	ИТОГО		168

4.5. Самостоятельное изучение дисциплины

4.5.1. Перечень вопросов для самостоятельного изучения

Таблица 5

Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения	Кол-во часов
1.	Модуль 1 мод.ед.1.1	Диагноз и краткая характеристика заболевания студента, влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - роль физической культуры и спорта в развитии общества; - роль физкультуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности; - деятельная сущность физкультуры в сфере учебного профессионального труда - основные положения физического воспитания в вузе.	18
2.	Модуль 1 мод.ед. 1.2	Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании - организм человека как единое саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система - природные и социально-экологические факторы, их воздействие на организм и жизнедеятельность; - биологические ритмы и работоспособность; - средство физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости физической и умственной деятельности	18
3.	Модуль 1 мод.ед.1.3	Кинезиотерапия, рекомендуемое средство физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения; -изменение физического и психического состояния студентов в период экзаменационной сессии; - объективные и субъективные признаки усталости, утомление и переутомление, их причины и профилактика; -средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной	18
4.	Модуль 1 мод.ед.1.4	Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры - оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.	18
5.	Модуль 1 мод.ед.1.5	Внешняя среда, ее природные, биологические качества и социальные факторы: - функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности; - влияние образа жизни и условий окружающей среды на здоровье; - здоровье в иерархии потребности культурного человека и влияние культурного развития личности к самому себе; - направленность поведения человека на обеспечение своего здоровья; - способы регуляции образа жизни.	10

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения	Кол-во часов
6.	Модуль 1 мод.ед. 1.3	Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.	10
7.	Модуль 1 мод.ед.1.3	Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности человека.	12
8	Модуль 1 мод.ед. 1.4	Принцип целостности организма и его единство с окружающей средой.	18
9.	Модуль 1 мод.ед.1.5	Характеристика изменений пульса и кровяного давления при мышечной деятельности.	18
10	Модуль 1 мод.ед.1.3	Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.	10
11.	Модуль 1 мод.ед. 1.5	Здоровый образ жизни студента и его составляющие.	18
		ИТОГО	168

5. Взаимосвязь видов учебных занятий

Взаимосвязь учебного материала лекций, практических и самостоятельных работ с тестовыми/экзаменационными вопросами и формируемыми компетенциями представлены в б.

Взаимосвязь компетенций с учебным материалом и контролем знаний студентов

Таблица 6

Компетенции	Лекции	ПЗ	СРС	Другие виды	Вид контроля
ОК-2, ОК-3, ОК-6.		М-2	М-1		Тестирование Зачет Диф.зачет

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература.

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2009;
2. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование : учеб. пособие для студентов высших учебных заведений/ Г.С. Туманян. -М.: Издательский центр «Академия», 2006;
3. Кригер Н.В. Основы здорового образа жизни человека: Учебное пособие / Н.В. Кригер. – Красноярск; Краснояр.гос.аграр.ун-т. - Кр-ск, 2011;
4. Бондарева С.А. Меры безопасности и требования гигиены на занятиях физическими упражнениями и спортом: Метод. указания/ С.А. Бондарева. - Крас.гос.аграр.ун-т. - Красноярск, 2007.

6.2 Дополнительная литература.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение

1. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта (текст): учебное пособие / В.В. Григоревич. - М.; Советский спорт, 2008;
2. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008;
3. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе. / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007;
4. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Дону: Феникс, 2008.-381 с.; ил. – (Высшее образование).
5. Калинина Л.Н. Физическая культура студентов специальной медицинской группы в вузе: учеб. Пособие/Л.Н. Калинина, Н.М. Сапрук, Л.А. Бартновская; Краснояр. гос. аграр. ун-т. –Красноярск, 2011;
6. Полиенко И.Н. Основы лыжной подготовки в вузе: учебное пособие/ И.Н. Полиенко, С.А. Бондарева, Л.Н.Калинина; Краснояр. гос. аграр. ун-т. – Красноярск, 2011;
7. Одегова А.А. Лечебная физическая культура для студентов специальной медицинской группы: метод. указания/ А.А.Одегова; Краснояр. гос.аграр. ун-т. – Красноярск, 2010;

8. Калинина Л.Н. Основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции: метод. указания/ Л.Н. Калинина, Л.В. Кумм, О.А. Куличихин; Краснояр.гос.аграр.ун.-т. – Красноярск, 2012;
9. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельности тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.; СПбГУП.- 2008;
10. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм (Текст): учебник/ Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под редакцией В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., испр. И доп. – М.; Советский спорт, 2008.
11. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студентов высш.учеб. заведений/ Н.Ж. Булгакова. – М.; Издат. Центр «Академия», 2008.
12. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.; Издательство: Гардарики, 2007;
13. Смыкалов С.И. Мини-футбол: учебно-методическое пособие/ С.И. Смыкалов, Л.Н. Калинина, В.Г. Бугаев; Краснояр.гос.аграр.ун.-т. Красноярск, 2007;
14. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров/ С.П. Евсеев. – М.; Физкультура и спорт, 2006.

6.3. Программное обеспечение

1. Windows Russian Upgrade Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008 15;
2. Office 2007 Russian OpenLicensePack Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008;
3. Офисный пакет LibreOffice 6.2.1 - Бесплатно распространяемое ПО;
4. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандартный Russian Edition на 1000 пользователей на 2 года (Educational License) Лицензия 1800-191210-144044- 563-2513 с 10.12.2019 до 17.12.2021;
5. Информационно-аналитическая система «Статистика» www.ias-stat.ru
6. Информационно-аналитическая система Росстат <https://rosstat.gov.ru/>
7. Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах - Лицензионный договор №158 от 03.04.2019 «Антиплагиат ВУЗ»;
8. Moodle 3.5.6a (система дистанционного образования) - Бесплатно распространяемое ПО;
9. Библиотечная система «Ирбис 64» (web версия) - Договор сотрудничества.
10. Яндекс (Браузер / Диск) - Бесплатно распространяемое ПО.

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ЛИТЕРАТУРОЙ

Кафедра Физической культуры

Направление подготовки (специальность) 19.02.08 Технология мяса и мясных продуктов

Дисциплина Физическая культура

Общая трудоемкость дисциплины (очная форма обучения): практические занятия **168** час; СРС **168** час.

Вид занятий	Наименование	Авторы	Издательство	Год издания	Вид издания		Место хранения		Необходимое количество экз.	Количество экз. в вузе
					Печ.	Электр	Биб	Каф.		
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12
ПЗ	Физическая культура: учебник для СПО	Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский	Москва: Издательство Юрайт — 3-е изд., испр.	2019		+				https://www.biblio-online.ru/bcode/437146
ПЗ	Физическая культура: учебник и практикум для СПО	А. Б. Муллер [и др.]	Москва: Издательство Юрайт	2019		+				https://www.biblio-online.ru/bcode/433532
ПЗ	Теория и история физической культуры: учебник и практикум для СПО	Д. С. Алхасов	Москва: Издательство Юрайт	2019		+				https://www.biblio-online.ru/bcode/439006

Зав. библиотекой



Председатель МК института



Зав. кафедрой



7. Критерии оценки знаний, умений, навыков и заявленных компетенций.

Виды текущего контроля: тестирование, модульная аттестация, реферат. В конце семестра проводится аттестация студентов в баллах по следующим критериям: сдача контрольных нормативов

Промежуточный контроль: зачет.

мужчины -5 нормативов- 25 баллов – «отлично»; 20 баллов – «хорошо»; 15 баллов – «удовлетворительно»;

женщины - 4 норматива - 20 баллов – «отлично», 16 баллов – «хорошо», 12 баллов – «удовлетворительно». Студент считается прошедшим аттестацию, если за семестр набрано не менее 60 баллов.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Спортивный зал, по адресу: ул. Академика Киренского, 2, площадью 131 м².

Открытые спортивные площадки на земельном участке по адресу: ул. Академика Киренского, 2; ул. Академика Киренского, 2, строение 1, кадастровый номер 24:50:0100414:1084, площадью 1800 м².

Открытые спортивные площадки на земельном участке по адресу: ул. Елены Стасовой, 37, 38, 42, 42, 42а, 44, 44а, 44г, 44д, 46, 46а, 46г, 48, кадастровый номер 24:50:0000000:257; площадью 6400м².

Открытые спортивные площадки используются для игры в футбол, волейбол, а в зимний период для ходьбы на лыжах и коньках.

На открытых спортивных площадках по адресу ул. Елены Стасовой, 37, 38, 42, 42, 42а, 44, 44а, 44г, 44д, 46, 46а, 46г, 48, кадастровый номер 24:50:0000000:257 расположены:

турник уличный, брусья уличные, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот.

Оборудование и инвентарь спортивного зала: стенка гимнастическая; гимнастические скамейки; перекладина навесная универсальная, гимнастические скамейки, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита, сетки баскетбольные, мячи б/больные, стойки волейбольные, защита на в/больные стойки, антенны волейбольные с карманами, в/больные мячи.

Спортивный инвентарь кафедры: тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для лазания, канат для перетягивания, борцовский ковер, скакалки, палки гимнастические, мячи для метания, гантели (разные), гири - 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления; мячи мини-футбола, стартовые флажки, флажки красные и белые, палочки

эстафетные, гранаты для метания, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, лыжи беговые, ботинки лыжные, палки, санки рулевые и «плюшки» для катания с гор, палки для скандинавской ходьбы, коньки с ботинками, электрозаточка для коньков.

9. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины

Физическая культура и спорт, является составной частью общей культуры и профессиональной подготовки будущего специалиста входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования.

Учебная программа «элективные курсы по физической культуре и спорту» основывается на общенациональных концепциях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, охраны здоровья населения РФ в федеральном законе «О физической культуре и спорте в РФ».

В структуру содержания дисциплины физическая культура входят: теория физического воспитания, легкая атлетика, лыжная подготовка, спортивные игры, тяжелая атлетика, гимнастика и плавание.

Выполнение практических заданий служит важным связующим звеном между теоретическим освоением данной дисциплины и применением ее положений на практике. Они способствуют развитию самостоятельности обучающихся, более активному освоению учебного материала, являются важной предпосылкой формирования профессиональных качеств будущих специалистов.

Проведение практических занятий не сводится только к органическому дополнению лекционных курсов и самостоятельной работы обучающихся. Их вместе с тем следует рассматривать как важное средство проверки усвоения обучающимися тех или иных положений, даваемых на лекции, а также рекомендуемой для изучения литературы; как форма текущего контроля за отношением обучающихся к учебе, за уровнем их знаний, а следовательно, и как один из важных каналов для своевременного подтягивания отстающих обучающихся.

При подготовке специалиста важны не только серьезная теоретическая подготовка, знание основ физической культуры и спорта, но и умение ориентироваться в разнообразных практических ситуациях, ежедневно возникающих в его деятельности. Этому способствует форма обучения в виде практических занятий. Задачи практических занятий: закрепление и углубление знаний, полученных на лекциях и приобретенных в процессе самостоятельной работы с учебной литературой, формирование у обучающихся умений и навыков работы с исходными данными, научной литературой и специальными документами. Практическому занятию должно предшествовать ознакомление с лекцией на соответствующую тему и литературой, указанной в плане этих занятий.

Каждому студенту следует составлять еженедельный и семестровый планы работы, а также план на каждый рабочий день. В конце каждого дня целесообразно подводить итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине это произошло. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы.

10. Образовательные технологии

Таблица 8

Образовательные технологии

Название дисциплины или отдельных тем	Вид занятия	Используемые образовательные технологии	Часы
Модуль 2	Пр	Презентация «Современные образовательные технологии на занятиях физической культуры» Групповые дискуссии. Разбор конкретных ситуаций. Игровые имитационные методы. Моделирование дискуссий (диалог преподавателя).	28
Модуль 2	Пр	1. Здоровье-сберегающая технология: формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни, повышение интереса к регулярным занятиям физической культурой, снижение заболеваний.	28
Модуль 2	Пр	2. Игровая технология. активизация и совершенствование основных психических процессов, лежащих в основе двигательной.	26
Модуль 2	Пр	3. Информационно-коммуникационная технология. Повышение качества образования через использование информационных технологий на занятиях и в свободное от занятий время наряду с традиционными формами обучения.	26
Модуль 2	Пр	4. Технология уровневой дифференциации. Виды дифференциации: по полу (мужские, женские группы, смешанные команды); по области интересов (спортивные игры, л/атлетика, атлетическая гимнастика, лыжный спорт, и т. д.); по уровню здоровья (СМГ- группы по медпоказаниям и группы, имеющие хорошую общую и спортивную подготовку)	30
Модуль 2	Пр	5. Соревновательная технология. Цель использования технологии – стимулировать максимальное проявлении	30

		двигательных способностей, повышение мотивации к изучению предмета, инструмент для формирования сборной команды вуза по видам спорта	
Итого			168
Из них в интерактивной форме			0

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Дата	Раздел	Изменения	Комментарии

Программу разработал:

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по дисциплине «Физическая культура» для подготовки специалистов среднего звена по специальности 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов», квалификация «Техник-технолог». Разработанную ст. преподавателем кафедры физической культуры ФГБОУ ВО Красноярского ГАУ Кумм Л.В.

Представленная на рецензирование рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО и включает в себя: требования к дисциплине, цели задачи дисциплины, ее структуру и содержание, учебно-методическое и информационное обеспечение.

Дисциплина «Физическая культура» является циклом профессиональной подготовки «ОГСЭ.04» для подготовки специалистов среднего звена по специальности 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов», квалификация «Техник-технолог». Физическая культура играет важную роль в обеспечении здоровья студенческой молодежи и привлечения ее к здоровому образу жизни для дальнейшей полноценной социальной и профессиональной деятельности. В программу включены модули по теоретическому разделу и самостоятельной работе студентов. В полном объеме представлена необходимая литература: основная и дополнительная.

В рабочей программе приведены критерии оценки знаний, умений, навыков и компетенций, приобретаемых в ходе изучения дисциплины, путем применения бально - рейтинговой системы оценки знаний. В целом, рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для подготовки специалистов среднего звена по специальности 19.02.08 «Технология мяса и мясных продуктов», квалификация «Техник-технолог», отвечает требованиям, предъявляемым к подобного рода разработкам, и рекомендуется для использования в учебном процессе.

Рецензент: доцент кафедры
Физической культуры ИФКС и ТСФУ



Юманов Н.А.