

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

Институт агроэкологических технологий

Кафедра «Почвоведения и агрохимии»

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор института Грубер В.В.  
"16" февраля 2026 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Ректор Пыжикова Н.И.  
"27" февраля 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**ФГОС СПО**

по специальности 05.02.01 «Картография»

Курс 2, 3, 4

Семестр 3, 4, 5, 6, 7, 8

Форма обучения очная

Квалификация выпускника техник-картограф

Срок освоения ОПОП 3 г. 10 м.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
ВЫДАННОЙ: ФГБОУ ВО КРАСНОЯРСКИЙ ГАУ  
ВЛАДЕЛЕЦ: РЕКТОР ПЫЖИКОВА Н.И.  
ДЕЙСТВИТЕЛЕН: 15.05.2025 - 08.08.2026

Красноярск, 2026

Составитель: Кумм Л. В., преподаватель

«12 » января 2026 г.

Программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 05.02.01 «Картография (техник-картограф)», на основе ФГОС СПО по специальности 05.02.01 «Картография», утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 ноября 2020 г. № 650 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 декабря 2020 г., регистрационный № 61607).

Программа обсуждена на заседании кафедры протокол № 7 «4» февраля 2026 г.

Зав. кафедрой Шубин Д.А., к.п.н., доцент

(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«4» 02 2026 г.

\* - В качестве рецензентов могут выступать работодатели, вузы по профилю, НИИ

## **Лист согласования рабочей программы**

Программа принята методической комиссией института  
протокол № 6 «16» 02 2026 г.

Председатель методической комиссии Батанина Е.В. , к.б.н. доцент

«16» 02 2026 г.

Заведующий выпускающей кафедрой по направлению подготовки  
Власенко О.А., к.б.н. доцент

«16» 02 2026 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ.....	4
1.ТРЕБОВАНИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ .....	4
1.1. Внешние и внутренние требования .....	4
1.2. Место дисциплины в учебном процессе .....	4
2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....	5
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	7
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	7
4.1. Структура дисциплины.....	7
4.2. ТРУДОЕМКОСТЬ МОДУЛЕЙ И МОДУЛЬНЫХ ЕДИНИЦ .....	8
ТРУДОЕМКОСТЬ МОДУЛЕЙ И МОДУЛЬНЫХ ЕДИНИЦ .....	8
4.3 СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	9
4.4. Лабораторные и практические занятия .....	11
4.5. Самостоятельное изучение разделов дисциплины и виды самоподготовки к текущему контролю знаний .....	19
4.5.1. Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
5. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ .....	19
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	19
6.1. Основная литература .....	19
6.2. Дополнительная литература.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
6.3. Программное обеспечение .....	21
7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ. .....	22
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ. ....	23
9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	24
10. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ .....	25

## **Аннотация**

Дисциплина «Физическая культура» является частью цикла профессиональной подготовки дисциплин ОГСЭ.04 для подготовки специалистов среднего звена по направлению 05.02.01 «Картография», квалификация «Техник-картограф».

Дисциплина реализуется в центре подготовки специалистов среднего звена кафедрой физической культуры.

Дисциплина нацелена на формирование общих компетенций: ОК – 4; ОК-8.

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

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лабораторные и практические занятия.

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

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 176 часов. Программой дисциплины предусмотрено: практические занятия - 176 часов.

### **1. Требования к дисциплине**

#### **1.1. Внешние и внутренние требования**

Дисциплина «Физическая культура» включена в ОПОП, профессиональный модуль, реализуется в институте агроэкологических технологий кафедрой физической культуры.

В результате освоения дисциплины должны быть сформированы следующие компетенции:

ОК-4- Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

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

Преподавание дисциплины «Физическая культура» ведется по специальности 05.02.01 «Картография», квалификация «Техник-картограф» предусматривает следующие формы организации учебного процесса: практические занятия - 176 часов, промежуточная аттестация–1, 2, 3, 4, 5 семестры зачеты, 6 семестр дифференцированный зачет.

#### **1.2. Место дисциплины в учебном процессе**

Преподавание дисциплины «Физическая культура» ведется по специальности 05.02.01 «Картограф», квалификация «Техник-картограф» предусматривает следующие формы организации учебного процесса: практические занятия - 176 часов, промежуточная аттестация – зачет, диф. зачет.

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 «Физическая культура» является обязательной частью профессиональной подготовки социально-гуманитарного цикла основной

образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 05.02.01 «Картограф», квалификация «Техник-картограф».

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций.

## **2. Цели и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

**Цель освоения дисциплины:** освоение студентами практических знаний, приобретение умений, навыков в области физической культуры для формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

1) формирование понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

2) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;

3) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

4) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

5) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Реализация в дисциплине «Физическая культура» требований ФГОС СПО, ОПОП СПО и Учебного плана по специальности 05.02.01 «Картограф», квалификация «Техник-картограф» должна формировать следующие компетенции: общекультурные компетенции: ОК-4, 8.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код, наименование ОК, ПК	Код умений	Умения	Код знаний	Знания
ОК-4- Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Уо 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.	Зо 04.	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности.
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Уо 08.01	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Зо 08.01	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
	Уо 08.02	применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	Зо 08.02	основы здорового образа жизни
	Уо 08.03	пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	Зо 08.03	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности
			Зо 08.04	средства профилактики перенапряжения

### 3. Организационно-методические данные дисциплины

Таблица 1

#### Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам

Вид учебной работы	Трудоемкость						
	час.	по семестрам					
		№1	№ 2	№3	№4	№5	№6
<b>Общая трудоемкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>176</b>	<b>32</b>	<b>44</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>22</b>
<b>Аудиторные занятия</b> в том числе:							
Теоретическое обучение (ТО) (лекции, семинары)		-					
<b>Лабораторные и практические занятия (ЛПЗ)</b>	<b>176</b>	<b>32</b>	<b>44</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>22</b>
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>							
в том числе:							
самостоятельное изучение тем и разделов							
самоподготовка к текущему контролю знаний							
выполнение контрольной работы							
<b>Вид контроля:</b>		за-чет	за-чет	за-чет	за-чет	за-чет	ди ф. за-чет

### 4. Структура и содержание дисциплины

#### 4.1. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 176 часов: практические -176 часов.

Таблица 2

#### Тематический план

№	Раздел дисциплины	Всего часов	В том числе			Формы контроля
			лекции	ЛЗ/ПЗ/С	СРС	
1	Модуль 1. Физическая культура - 1 ступень	32	-	32		Зачет
2	Модуль 2. Физическая культура - 2 ступень	44	-	44		Зачет
3	Модуль 3. Физическая культура - 3 ступень	28	-	28		Зачет
4	Модуль 4. Физическая культура - 4 ступень	30		30		Зачет
5	Модуль 5. Физическая культура - 5 ступень	20		20		Зачет
6	Модуль 6. Физическая культура - 6 ступень	22		22		Диф.зачет
<b>ИТОГО</b>		<b>176</b>		<b>176</b>		<b>Зачет, диф.зачет</b>

## 4.2. Трудоемкость модулей и модульных единиц

Таблица 3

### Трудоемкость модулей и модульных единиц

Наименование модулей и модульных единиц дисциплины	Всего часов на модуль	Аудиторные занятия		Внеаудиторная работа (СРС)
		Л	ЛЗ/ПЗ/С	
<b>Модуль 1. Физическая культура - 1 ступень</b>	<b>32</b>		<b>32</b>	
Модульная единица 1.1 Лыжный спорт	6		6	
Модульная единица 1.2 Конькобежный спорт	6		6	
Модульная единица 1.3 Легкая атлетика	8		8	
Модульная единица 1.4 Подвижные игры	6		6	
Модульная единица 1.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	6		6	
<b>Модуль 2. Физическая культура - 2 ступень</b>	<b>44</b>		<b>44</b>	
Модульная единица 2.1 Легкая атлетика	8		8	
Модульная единица 2.2 Подвижные игры	10		10	
Модульная единица 2.3 Лыжный спорт	8		8	
Модульная единица 2.4 Конькобежный спорт	10		10	
Модульная единица 2.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	8		8	
<b>Модуль 3. Физическая культура - 3 ступень</b>	<b>28</b>		<b>28</b>	
Модульная единица 3.1 Лыжный спорт	4		4	
Модульная единица 3.2 Конькобежный спорт	6		6	
Модульная единица 3.3 Легкая атлетика	8		8	
Модульная единица 3.4 Подвижные игры	4		4	
Модульная единица 3.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	6		6	
<b>Календарный модуль 4. Физическая культура. 4 ступень.</b>	<b>30</b>		<b>30</b>	
Модульная единица 4.1 Легкая атлетика	6		6	
Модульная единица 4.2 Подвижные игры	6		6	
Модульная единица 4.3 Лыжный спорт	6		6	
Модульная единица 4.4 Конькобежный спорт	6		6	
Модульная единица 4.5 Подготовка к	6		6	

Наименование модулей и модульных единиц дисциплины	Всего часов на модуль	Аудиторные занятия		Внеаудиторная работа (СРС)
		Л	ЛЗ/ЛЗ/С	
сдаче норм ВФСК ГТО				
<b>Календарный модуль 5. Физическая культура. 5 ступень.</b>	<b>20</b>		<b>20</b>	
Модульная единица 5.1 Лыжный спорт	4		4	
Модульная единица 5.2 Конькобежный спорт	4		4	
Модульная единица 5.3 Легкая атлетика	4		4	
Модульная единица 5.4 Подвижные игры	4		4	
Модульная единица 5.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	4		4	
<b>Календарный модуль 6. Физическая культура. 5 ступень.</b>	<b>22</b>		<b>22</b>	
Модульная единица 6.1 Лыжный спорт	4		4	
Модульная единица 6.2 Конькобежный спорт	4		4	
Модульная единица 6.3 Легкая атлетика	4		4	
Модульная единица 6.4 Подвижные игры	4		4	
Модульная единица 6.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	6		6	
<b>ИТОГО</b>	<b>176</b>		<b>176</b>	

### 4.3 Содержание модулей дисциплины

Учебная дисциплина «Физическая культура» реализуются в объеме 176 академических часов в очной форме обучения в виде практических занятий.

**Лекционный курс** учебным планом не предусмотрен.

#### **Раздел «Легкая атлетика»**

Методика проведения и совершенствования школы общеразвивающих, подготовительных и специальных легкоатлетических упражнений;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию беговых видов и упражнений, развитие двигательных качеств;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию прыжковых видов и упражнений, развитие двигательных качеств;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию видов длинных метаний и толканию ядра, развитие двигательных качеств.

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

#### **Раздел «Конькобежный спорт»**

Методика проведения и совершенствования школы общеразвивающих, подготовительных и специальных упражнений в конькобежном спорте;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию техники перемещения конькобежца: поза конькобежца, отталкивание, скольжение по прямой, торможение, повороты в движении (на право, налево, кругом), движение спиной вперед;

Развитие двигательных качеств;

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

### **Раздел «Подвижные игры»**

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование гибкости.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование координационных способностей.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование выносливости.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование силы.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование быстроты.

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

### **Раздел «Лыжный спорт»**

Овладение основными умениями и навыками передвижения на лыжах:

- ознакомление с основными способами передвижения на лыжах;
- ознакомление с техникой торможения и безопасного падения;
- прохождение дистанции 5,10 км.
- изучение лыжных ходов: одновременных, попеременных, коньковых;
- изучение способов торможения, преодоления подъемов и спусков, поворотов в движении;
- овладение основными умениями и навыками преодоления природных препятствий. Подготовка и сдача контрольных нормативов.

### **Раздел «Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО»**

Методика обучения и совершенствования техники выполнения комплекса испытаний обязательной программы:

Бег на 30 метров или бег на 60 м, или бег на 100 м;

Бег на 3000 м;

Подтягивание из виса на высокой перекладине или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз); или рывок гири;

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Методика обучения и совершенствования техники выполнения комплекса испытаний по выбору:

Челночный бег 3x10м;

Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места;

Метание спортивного снаряда;

Поднимание туловища из положения лёжа на спине;

Бег на лыжах 5км или кросс на 5км по пересечённой местности;

Плавание на 50 м;

Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10 м или стрельба из "электронного оружия", дистанция 10 м;  
 Самозащита без оружия;  
 Туристический поход с проверкой туристских навыков.

#### 4.4. Лабораторные и практические занятия

##### Содержание занятий и контрольных мероприятий

Таблица 4

##### Содержание занятий и контрольных мероприятий

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
1.	<b>Календарный модуль 1. Физическая культура</b>		Тестирование, зачет	<b>32</b>
	Модульная единица 1. Лыжный спорт	Занятие № 1. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 2. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, зачет	4
	Модульная единица 1. Конькобежный спорт	Занятие № 3 Совершенствование техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 4 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование, зачет	4
	Модульная единица 1.3. Легкая атлетика	Занятие № 5. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 6. Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.	Тестирование, зачет	4
	Модульная единица	Занятие № 7. Подвижные игры,	Тестирование,	4

<sup>1</sup>Вид мероприятия: защита, тестирование, коллоквиум, другое

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
	1.4. Подвижные игры	направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	зачет	
	Модульная единица 1.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие № 8 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	4
2	<b>Календарный модуль 2. Физическая культура. 2 ступень.</b>		<b>Тестирование, зачет</b>	<b>44</b>
	Модульная единица 2.1 Легкая атлетика	Занятие № 9. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 10. Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.	Тестирование, зачет	6
	Модульная единица 2.2 Подвижные игры	Занятие № 11. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	6
		Занятие № 12. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы.	Тестирование, зачет	6
	Модульная единица 2.3. Лыжный спорт	Занятие № 13. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	6
		Занятие № 14. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, зачет	6
	Модульная единица 2.4. Конькобежный спорт	Занятие № 15 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обуче-	Тестирование, зачет	4

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
		ние отдельным элементам техники бега по прямой.		
	Модульная единица 2.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК	Занятие № 16 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	4
3	<b>Календарный модуль 3. Общая физическая подготовка. 3 ступень.</b>		<b>Тестирование, зачет</b>	<b>28</b>
	Модульная единица 3.1 Лыжный спорт	Занятие № 17. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	2
		Занятие №18. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 19 Совершенствование техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	2
	Модульная единица 3.2 Конькобежный спорт	Занятие № 20 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование, зачет	2
		Занятия № 21-22. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Совершенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	Тестирование, зачет	2
	Модульная единица 3.3 Легкая атлетика	Занятие №23. Обучение технике бега со старта. Тактика бега на короткие, средние и длинные дистанции.	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 24. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 25. Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от	Тестирование, зачет	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
		стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.		
	Модульная единица 3.4 Подвижные игры	Занятие № 26. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 27. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы.	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 28. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты. Контрольное занятие	Тестирование, зачет	2
	Модульная единица 3.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие № 29 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	2
		Занятия № 30-31. Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование, зачет	2
		Занятие № 32. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Занятие № 33. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Занятие № 34. Развитие физических качеств посредством кругового метода. Занятие № 35. Контрольное занятие	Тестирование, зачет	2
4	<b>Календарный модуль 4. Общая физическая подготовка. 4 степень.</b>		<b>Тестирование, зачет</b>	<b>30</b>
	Модульная единица 4.1 Легкая атлетика	Занятие № 36. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	тестирование	4
		Занятия № 37-38. Обучение	Тестирование,	4

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
		технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.	зачет	
	Модульная единица 4.2 Подвижные игры	Занятие № 39. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 40. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы.	Тестирование, зачет	4
		Занятие № 41. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты. Контрольное занятие	Тестирование, зачет	4
	Модульная единица 4.3 Лыжный спорт	Занятие № 42. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, зачет	4
		Занятие №43. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, зачет	2
	Модульная единица 4.4 Конькобежный спорт	Занятия № 44-45. Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование, зачет	2
	Модульная единица 4.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие № 46 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей. Занятие № 47. Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование, зачет	2
5	Календарный модуль 5. Общая физическая подготовка. 5		Тестирование,	20

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
	ступень.		диф. зачет	
	Модульная единица 5.1 Лыжный спорт	Занятие № 48. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 49. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 5.2 Конькобежный спорт	Занятие № 50 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой. Занятие № 51. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Совершенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 5.3 Легкая атлетика	Занятие № 52. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 53. Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 5.4 Подвижные игры	Занятие № 54. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, диф. зачет	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
		Занятие № 55. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы. Занятие № 56. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты. Контрольное занятие	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 5.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие № 57 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 58. Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 59. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Занятие № 60. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.	Тестирование, диф. зачет	2
5	Календарный модуль 6. Общая физическая подготовка. 6 степень.		Тестирование, диф. зачет	22
	Модульная единица 6.1 Лыжный спорт	Занятие № 61.Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 62. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 6.2 Конькобежный спорт	Занятие № 63 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 64. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Совер-	Тестирование, диф. зачет	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
		шенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота		
	Модульная единица 6.3 Легкая атлетика	Занятие № 65. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 66. Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега.	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 6.4 Подвижные игры	Занятие № 67. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 68. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы. Занятие № 69. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты. Контрольное занятие	Тестирование, диф. зачет	2
	Модульная единица 6.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие № 70 Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 71. Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование, диф. зачет	2
		Занятие № 72. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Занятие № 73. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.	Тестирование, диф. зачет	2
	итого	73	Тестирование,	112

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид <sup>1</sup> контрольного мероприятия	Кол-во часов
			диф. зачет	

#### 4.5. Самостоятельное изучение разделов дисциплины и виды самоподготовки к текущему контролю знаний

Самостоятельное изучение учебным планом не предусмотрено

#### 5.Взаимосвязь видов учебных занятий

Взаимосвязь учебного материала лекций, практических и самостоятельных работ с тестовыми/экзаменационными вопросами и формируемыми компетенциями представлены в таблице 7.

#### Взаимосвязь компетенций с учебным материалом и контролем знаний студентов

Таблица 6

Компетенции	Лекции	ПЗ	СРС	Другие виды	Вид контроля
ОК-8.		1-6			Тестирование Зачет Диф.зачет

#### 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

##### 6.1. Основная литература.

1. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-8114-7558-2.

2. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры: учебное пособие для среднего профессионального образования среднего профессионального образования / А. В. Журин. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3.

3. Зобкова, Е. А. Основы спортивной тренировки: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0.

4. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-7548-3.

5. Орлова, Л. Т. Настольный теннис: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — Санкт-Петербург Лань, 2020. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-6670-2.

6. Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие / Л. А. Садовникова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7.

## 6.2 Дополнительная литература.

1. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования/ Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-8114-7558-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174984> (дата обращения 20.06.22)

2. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006> (дата обращения 20.06.22)

3. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры: учебное пособие для среднего профессионального образования среднего профессионального образования среднего профессионального образования/ А. В. Журин. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3. — Текст: электронный // Лань электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156624> (дата обращения 20.06.22)

4. Зобкова, Е. А. Основы спортивной тренировки: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174986> (дата обращения 20.06.22)

5. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований: учебное пособие для среднего профессионального образования/ Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург Лань, 2021. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-7548-3. — Текст электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174985>(дата обращения 20.06.22)

6. Орлова, Л. Т. Настольный теннис: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — Санкт-Петербург Лань, 2020. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-6670-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/151215> (дата обращения 20.06.22)

7. Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие / Л. А. Садовникова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380> (дата обращения 20.06.22)

8. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517442>

9. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535163>

10. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

11. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535174>

### 6.3. Программное обеспечение

Обучающимся и преподавателям доступны рабочие станции с установленным программным обеспечением, которое позволяет работать с текстами, профессиональными справочно-правовыми системами и иными электронными ресурсами. Наименование программного обеспечения и его назначение представлено в таблице 7.

Таблица 7

**Наименование программного обеспечения и его назначение**

№ п/п	Наименование, версия ПО	Назначение	Лицензия	Количество
1	Windows 7 Professional and Professional K with Service Pack 1	Учебное	Розничный ключ DreamSpark ID=1049	500
2	Windows Vista Business N	Учебное	Розничный ключ DreamSpark	500
3	Office 2007 Russian Open License Pack No Lev I	Учебное	Лицензия Microsoft №44937729	90
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса-Стандартный Russian Edi-	Учебное	Лицензия № 1B08-151127-	1

	tion. 1000-1499 Node 2 year Educational License		042715 До 11.12.2017	
5	ABBYY FineReader 10 CorporateEdition. Одна именная лицензия PerSeat (при заказе пакета 26-50 лицензий)	Учебное	ID: 137576 Серийный номер: FCRC-1100-1002-2465-8755-4238 От 22.02.2012	30
6	Nero 10 Licenses Standard GOV/AcademicEdition/Non-profit Full Package 10-19 seats	Учебное	Серийный номер: 7X03-10C1-1L6K-W4T8-AX4U-WXK6-0UK7-P166 От 01.06.2012	15

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

Виды текущего контроля: тестирование уровня физической подготовленности

Промежуточный контроль: зачет и диф.зачет в форме тестирования уровня физической подготовленности.

Студенты по специальности 35.02.08 «Электротехнические системы в агропромышленном комплексе (АПК)» квалификация «Техник» обучаются по модульно-рейтинговой системе. Один раз за семестр проводится промежуточная аттестация.

По результатам текущей работы по дисциплине в 1 семестре студент должен набрать от 21 до 33 баллов, в 2 семестре от 16 до 24 баллов, в 3 семестре от 17 до 25, в 4 семестре от 12 до 18.

- 1) Баллы за посещение практических занятий. Сумма баллов за модуль представлена в таблице 12. За посещение каждого занятия студент набирает количество баллов. Например, в 1 семестре 1 балл за занятие; в 2 семестре – 0,5 балла; в 3 семестре – 1 балл; в 4 семестре – 1 балл.
- 2) Баллы за выполнение контрольных двигательных упражнений (тестирование уровня физической подготовленности). Баллы, которые студенты могут набрать по результатам выполнения контрольных упражнений, представлены в таблице 13.

Выполняя учебные нормативы в виде контрольных двигательных упражнений, студенты должны набрать минимум 10 баллов и максимум – 30. Из представленных физических упражнений студенты выполняют 6 по собственному желанию (с учетом времени года, оснащенности спортивной площадки). Максимально возможный балл за одно физическое упражнение – 0.5 балла, однако если студент не смог уложиться в норматив по выбранному виду контрольного двигательного упражнения, то баллы не начисляются.

- 3) Баллы за участие в физкультурно-массовых мероприятиях.

Таблица 8

### Рейтинг-план дисциплины по физической культуре

Дисциплинарные модули	Количество академических часов	Баллы
-----------------------	--------------------------------	-------

	Семестры						
	1	2	3	4	5	6	
Календарный модуль 1.	32						20
Календарный модуль 2.		44					20
Календарный модуль 3.			28				20
Календарный модуль 4.				30			20
Календарный модуль 5.					20		10
Календарный модуль 6.						22	10
<b>Итого</b>	<b>176</b>						<b>100</b>

Таблица 9

### Распределение баллов по модулям

№	Модули	Баллы по видам работы в				Итого
		ЛПЗ		Тестирование уровня физической подготовленности	Участие в физкультурно-массовых мероприятиях	
1	Модуль 1	16		2	2	20
2	Модуль 2	16		2	2	20
3	Модуль 3	16		2	2	20
4	Модуль 4	16		2	2	20
5	Модуль 5-6	16		2	2	20
<b>6</b>	<b>Итого</b>	<b>80</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	100

**Текущая аттестация** студентов производится в дискретные временные интервалы преподавателем ведущего занятия по дисциплине в следующих формах:

- выполнение лабораторных и практических работ;
- защита лабораторных и практических работ;
- тестирование в конце каждого модуля.

**Промежуточная аттестация** по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета. В 3-5 семестре зачет, в 6 семестре диф.зачет.

Оценка «зачтено» студентом получается, если им набрано 60-100 баллов, оценка «не зачтено», если сумма баллов за семестр менее 60.

Дифференцированный зачет оценивается по следующей границе баллов - 60-72 баллов (удовлетворительно); 73-86 баллов (хорошо); 87-100 баллов (отлично).

Студент, не набравший нужное количество баллов (менее 60) для итоговой оценки, считается неуспевающим по данной дисциплине. Повторная аттестация осуществляется в дни ликвидации задолженностей по утвержденному расписанию.

Обучающимся, не сдавшим зачет предоставляется возможность пройти повторную промежуточную аттестацию, в соответствии с графиком ликвидации академических задолженностей: [http://www.kgau.ru/new/news/news/2017/grafik\\_lz.pdf](http://www.kgau.ru/new/news/news/2017/grafik_lz.pdf).

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Спортивный зал, по адресу: ул. Академика Киренского, 2, площадью 131 м<sup>2</sup>. В спортивном зале имеются баскетбольные щиты, волейбольные стойки.

Стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий, стадион 1, стадион 2 по адресу: ул. Елены Стасовой, 46 используются для игры в футбол, волейбол, общей физической подготовки, подготовки сдачи тестов ГТО, в зимний период для ходьбы на лыжах и коньках.

На кафедре физической культуры имеется оборудование и инвентарь:

стенки гимнастические; гимнастические скамейки; перекладина навесная универсальная, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, переносные баскетбольные стойки со щитами и кольцами, мячи б/больные, стойки волейбольные, защита нав/больные стойки, антенны волейбольные с карманами, в/больные мячи. Тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для перетягивания, 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, клюшки хоккейные, электрозаточка для коньков.

## **9. Методические рекомендации для обучающихся по организации обучения 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 10


Образовательные технологии		
Название дисциплины или отдельных тем	Вид занятия	Используемые образовательные технологии
Модуль 1-4, 2.2, 3.4, 4.2, 5.4	ЛЗ	<b>Презентация «Современные образовательные технологии на занятиях физической культуры»</b> Групповые дискуссии. Разбор конкретных ситуаций. Игровые имитационные методы. Моделирование дискуссий (диалог преподавателя).
Модули 1.1 - 1.2 Модули 2.3 - 2.4 Модули 3.1 - 3.2 Модули 4.3 - 4.4 Модули 5.3 - 5.4 Модули 6.3 - 6.4	ЛЗ	<b>Здоровье-сберегающая технология:</b> формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни, повышение интереса к регулярным занятиям физической культурой, снижение заболеваний.



КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ЛИТЕРАТУРОЙ  
 Кафедра **физической культуры** Направление подготовки 05.02.01 «Картография» «Техник-картограф» Дисциплина **физическая культура** Общая трудоемкость дисциплины 176 часов, практические занятия - 176 часов.

**Таблица 9**

Вид занятий	Наименование	Авторы	Издательство	Год издания	Вид издания			Место хранения	Необходимое кол-во экз.	Количество экз. в вузе
					Печ.	Электр.	Библиограф.			
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12
	Основная литература									
ПЗ	Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования	Муллер, А.Б.	Москва: Издательство Юрайт	2024		+				<a href="http://urait.ru/bcode/536838">http://urait.ru/bcode/536838</a>
	Физическая культура 10-11 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень	Лях, В. И.	Москва: Издательство Просвещение	2023		+				<a href="http://e.lanbook.com/book/334643">http://e.lanbook.com/book/334643</a>
	Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для среднего профессионального образования	Туревский, И.М.	Москва: Издательство Юрайт	2020		+				<a href="http://urait.ru/bcode/456955">http://urait.ru/bcode/456955</a>
	Дополнительная литература									
ПЗ	Физическая культура: учебник для СПО	Бишаева, А.А.	Москва: Издательский центр «Академия»	2017		+		+		24
	Физическая культура: основы спортивной этики: учебное пособие для среднего профессионального образования	Ягодин, В. В.	Москва: Издательство Юрайт	2020				+		<a href="http://urait.ru/bcode/456547">http://urait.ru/bcode/456547</a>
	Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования	Жданкин, Е.Ф.	Москва: Издательство Юрайт	2019				+		<a href="http://urait.ru/bcode/453245">http://urait.ru/bcode/453245</a>

Директор Научной библиотеки 

## РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по дисциплине «Физическая культура» для подготовки специалистов среднего звена по специальности 05.02.01 «Картография» квалификация «Техник-картограф».

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 частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла дисциплин по специальности 05.02.01 «Картография» квалификация «Техник-картограф». 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 балльно - рейтинговой системы оценки знаний. В целом, рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для подготовки специалистов среднего звена по специальности 05.02.01 «Картография» квалификация «Техник-картограф», отвечает требованиям, предъявляемым к подобного рода разработкам, и рекомендуется для использования в учебном процессе.

Рецензент: доцент кафедры  
Физической культуры ИФКС и Т СФУ

*Юманов*  
Юманов Н.А.

