

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
(национальный исследовательский университет)»
ИНСТИТУТ СПОРТА, ТУРИЗМА И СЕРВИСА
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ:

директор

Многопрофильного колледжа

О.Б. Прохорова

«*27*» *марта* 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
профессиональной образовательной программы
40.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Челябинск 2025

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура профессиональной образовательной программы по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 40.02.02 Правоохранительная деятельность рассмотрена и одобрена на заседании Педагогического совета №4, протокол №4 от «27» марта 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по НМР

Л.П. Попкова

«26» марта 2025 г.

Специалист по УМР

А.В. Мефодовская

«26» марта 2025 г.

Разработчик: Иванов А.В. – преподаватель Многопрофильного колледжа

Рабочая программа учебной дисциплины социально-гуманитарного цикла СГ.04 Физическая культура разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность (утв. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 10.01.25г., №3).

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура является частью профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по программе подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура относится к социально-гуманитарному циклу.

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

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания, необходимые для формирования общих (ОК).

Код и наименование компетенции (ОК, ПК)	Умения	Знания
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде организовывать работу коллектива и команды	взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей – самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку; – применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности; – применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению лиц, подозреваемых в совершении правонарушений	– роль физической культуры – в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека – основы здорового образа жизни – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности – тактику силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной нагрузки (всего)	224
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	212
Практическая подготовка	102
в том числе:	
теоретические занятия	6
практические занятия	192
контрольные занятия	4
курсовая работа/проект	-
зачет	8
дифференцированный зачет (зачет)	2
Самостоятельная учебная работа обучающегося (всего)	12
Консультации	-
Экзамен	-
Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) – в форме дифференцированного зачета	

2.2 Тематический план учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12
2 курс (3 семестр)										
Введение. Стартовая диагностика обучающихся	4	2	-	2	-	-	-	2	-	-
Раздел 1. Самостраховка при падении	6	6	-	-	6	-	-	-	-	-
Практическое занятие №1. Самостраховка при падении на бок, на спину из различных положений. Фронтальная стойка.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №2. Самостраховка при падении вперед с опорой на руки. Правосторонняя и левосторонняя стойка.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №3. Самостраховка с помощью партнера. Удары руками, локтем, ногами, головой в болевые точки.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 2. Удары и защита от ударов	8	8	8	-	8	-	-	-	-	-
Практическое занятие №4. Удары рукой: прямой, боковой, снизу. Защита от ударов.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №5. Защита от ударов локтем и кистью руки разными способами.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №6. Защита от ударов ногой и головой различными способами.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №7. Команды при выполнении боевых приемов. Защитные действия в усложненных условиях.	2	2	2	-	2	-		-	-	-
Раздел 3. Болевые приемы (приемы ограничения свободы передвижения)	8	8	8	-	8	-	-	-	-	-
Практическое занятие №8. Ограничение свободы передвижения ассистента загибом руки за спину ("толчком", "рывком", "нырком")	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №9. Ограничение свободы передвижения ассистента загибом руки за спину скручиванием руки наружу и внутри.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №10. Ограничение свободы передвижения ассистента загибом руки за спину "замком", "рычагом руки через предплечье", дожимом кисти ("под ручку")	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №11. Ограничение свободы передвижения ассистента загибом руки за спину в усложненных условиях.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 4. Броски	4	4	-	-	4	-	-	-	-	-
Практическое занятие №12. Задняя и передняя подножка с последующим сопровождением.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №13. Бросок через бедро и через спину с последующим сопровождением.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Зачет	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
Всего за 3 семестр	32	30	16	2	26	-	-	2	-	2
2 курс (4 семестр)										
Раздел 5. Удушающие приемы	8	4	-	-	4	-	-	4	-	-
Практическое занятие №14 Удушающие приемы с последующим сопровождением.	4	2	-	-	2	-	-	2	-	-
Практическое занятие №15 Освобождение от удушающих приемов с последующим сопровождением.	4	2	-	-	2	-	-	2	-	-
Раздел 6. Освобождение от захватов и обхватов	6	6	-	-	6	-	-	-	-	-

Практическое занятие №16 Освобождение от захватов с последующим сопровождением.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №17 Освобождение от обхватов с последующим сопровождением.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №18 Освобождение от захватов и обхватов с последующим сопровождением.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 7. Защита от удара ножом.	8	8	-	-	8	-	-	-	-	-
Практическое занятие №19 Защита от удара ножом сверху	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №20 Защита от удара ножом снизу	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №21 Защита от удара ножом сбоку	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №22 Защита от удара ножом наотмашь и по нестандартной траектории.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 8. Пресечение действий с огнестрельным оружием	16	16	-	-	16	-	-	-	-	-
Практическое занятие №23 Пресечение действий с огнестрельным оружием при угрозе пистолетом спереди в упор.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №24 Пресечение действий с огнестрельным оружием при угрозе пистолетом сзади в упор.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №25 Пресечение действий с огнестрельным оружием при попытке достать оружие из нагрудного кармана.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №26 Пресечение действий с огнестрельным оружием при попытке достать оружие из кармана брюк (кобуры).	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №27 Пресечение действий с огнестрельным оружием при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) при подходе спереди и сзади.	4	4	-	-	4	-	-	-	-	-
Практическое занятие №28 Пресечение действий с огнестрельным оружием при угрозе длинноствольным оружием спереди и сзади в упор.	4	4	-	-	4	-	-	-	-	-

Зачет	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
Всего за 4 семестр	40	36	-	-	34	-	-	4	-	2
Всего за 2 курс	72	66	16	2	64	-	-	6	-	4
3 курс (5 семестр)										
Раздел 9. Защиты от ударов предметом	4	4	4	-	4	-	-	-	-	-
Практическое занятие №29 Защиты от ударов предметом прямо, сверху, снизу.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №30. Защиты от ударов предметом сбоку, наотмашь.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 10. Преодоление препятствий	6	4	4	-	4	-	-	2	-	-
Практическое занятие №31. Преодоление специальной полосы препятствий в игровом спортивном зале.	4	2	2	-	2	-	-	2	-	-
Практическое занятие №32. Служебно-прикладная полоса препятствий в специальном снаряжении и автоматом на время.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 11. Оказание помощи курсанту	6	6	6	-	6	-	-	-	-	-
Практическое занятие №33. Оказание помощи курсанту при невооруженном нападении ассистента.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №33. Оказание помощи курсанту при нападении ассистента с холодным оружием.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №34. Оказание помощи курсанту при нападении ассистента с огнестрельным оружием.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 12. Способы сковывания наручниками, связывания веревкой, брючным ремнем	14	14	14	-	14	-	-	-	-	-
Практическое занятие №35. Действия курсанта при сковывании наручниками, связыванием веревкой, брючным ремнем для приведения в подконтрольное положение ассистента	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №36. Сковывание наручниками ассистента в положении стоя.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №37. Сковывание наручниками ассистента в положении стоя у стены.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №38. Сковывание наручниками ассистента под воздействием загиба руки за спину на капоте автомобиля.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №39. Сковывание наручниками ассистента в положении стоя на коленях.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №40. Сковывание наручниками ассистента в положении лежа.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №41. Сковывание наручниками ассистента в положении лежа, опираясь на спину.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Зачет	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
3 курс 5 семестр	32	30	28	-	28	-	-	2	-	2
3 курс (6 семестр)										
Раздел 13. Развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств	12	12	-	2	10	-	-	-	-	-
Тема 13.1 Развитие физических качеств как единый процесс (ОФП)	2	2	-	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие № 42 Силовые способности и методика их совершенствования	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №43 Скоростные способности и методика их совершенствования	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №44 Выносливость и методика её развития. Кроссовая подготовка	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №45 Круговая тренировка	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие № 46 Выполнение нормативов	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 14. Действия активной обороны с использованием палки специальной	16	10	10	-	10	-	-	4	-	-
Практическое занятие №47 Основные хваты, стойки, и удары палкой специальной.	4	2	2	-	2	-	-	2	-	-
Практическое занятие №48 Удушающие приемы с помощью палки специальной при подходе сзади.	4	2	2	-	2	-	-	2	-	-

Практическое занятие №49 Ограничение свободы передвижения с использованием палки специальной.	4	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №50 Ответные удары палкой специальной после защитных действий.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №51 Защитные и ответные действия активной обороны с использованием щита и палки специальной от ударов палкой	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел №15. Действия активной обороны с использованием и угрозой применения автомата	4	4	4	-	4	-	-	-	-	-
Практическое занятие №52 Действия активной обороны с использованием автомата.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №53 Защита от угрозы применения автомата спереди и сзади в упор	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел №16. Способы проведения наружных досмотров	18	18	18	-	18	-	-	-	-	-
Практическое занятие №54. Требования при проведении наружных досмотров.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №55 Наружный досмотр ассистента вдвоем в положении стоя.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №56 Наружный досмотр ассистента в положении стоя у стены (автомобиля).	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №57 Наружный досмотр ассистента вдвоем в положении стоя у стены.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №58 Наружный досмотр ассистента вдвоем в положении стоя у стены перед конвоированием.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №59 Наружный досмотр ассистента вдвоем под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены (автомобиля).	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №60 Наружный досмотр ассистента после сковывания наручниками в положении стоя у стены.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №61 Наружный досмотр ассистента после сковывания наручниками в положении сидя на спине ассистента.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №62 Наружный досмотр ассистента после сковывания наручниками в положении лежа, стоя рядом с ассистентом.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Раздел №17. Тактика применения боевых приемов борьбы (приемы борцовской и ударной техники)	16	16	6	-	16	-	-	-	-	-
Практическое занятие №63 Учебно-тренировочные поединки по борьбе.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №64 Учебно-тренировочные поединки по борьбе с двумя и более соперниками.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №65 Учебно-тренировочные поединки боксу.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №66 Учебно-тренировочные поединки боксу с двумя и более соперниками.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №67 Учебно-тренировочные поединки по рукопашному бою.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №68 Учебно-тренировочные поединки по рукопашному бою с двумя и более соперниками.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №69 Учебно-тренировочные схватки по рукопашному бою с применением наручников для задержания.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №70 Учебно-тренировочные схватки по рукопашному бою с применением веревки, брючного ремня для задержания.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Раздел №18. Тактика применения боевых приемов борьбы (пресечением пассивного и активного неповиновения)	8	8	-	-	8	-	-	-	-	-

Практическое занятие №71 Пресечение пассивного неповиновения без намерения побега и активного неповиновения через боевые приемы борьбы.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №72 Ограничения свободы передвижения ассистента, который находится среди людей, удерживающих друг друга в групповом захвате.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №73 Ограничение свободы передвижения ассистента, находящимся в пассивном исходном положении и оказывающим активное неповиновение.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №74 Ограничения свободы передвижения при попытке скрыться бегством и при оказании активного неповиновения в активном исходном положении.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Зачет	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
Всего за 6 семестр	72	70	-	2	64	-	-	4	-	2
Всего за 3 курс	104	98	38	2	94	-	-	6	-	2
4 курс (7 семестр)										
Раздел 19. Тактика применения боевых приемов борьбы (пресечение активного сопротивления защищающегося и активного сопротивление нападением)	14	14	10	-	14	-	-	-	-	-
Практическое занятие №75. Ограничение свободы передвижения ассистента в пассивном исходном положении, оказывающего в ответ активное сопротивление защитой или контратакующего с целью скрыться.	2	2	-	2	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №76. Пресечение попытки защиты и применения оружия вооруженным ассистентом табельным оружием. Пресечение сопротивления защитой от действий курсанта, с переходом в атаку с использованием оружия или численного превосходства ассистентов.	2	2	-	-	2	-	-	-	-
Практическое занятие №77. Пресечение активного сопротивления ассистента, применяющего приемы рукопашного боя, холодное оружие, подручные средства.	2	2	1	-	2	-	-	-	-
Практическое занятие №78. Пресечение активного сопротивления ассистента, применяющего огнестрельное оружие или нападения двух ассистентов с приоритетом первой атаки у курсанта.	2	2	1	-	2	-	-	-	-
Практическое занятие №79. Пресечение активного сопротивления приемами борьбы невооруженного ассистента без ответного принуждения подручными средствами и после неожиданного нападения с ответным принуждением пистолетом.	2	2	1	-	2	-	-	-	-
Практическое занятие №80 Пресечение неожиданной атаки ударами рукой, ногой, ножом, предметами, в захвате на курсанта, включая обезоруживание.	2	2	1	-	2	-	-	-	-
Практическое занятие №81 Пресечение угрозы оружием в упор от вооруженного ассистента и защита от двух нападающих на курсанта.	2	2	1	-	2	-	-	-	-
Раздел 20. Тактика применения боевых приемов борьбы сотрудниками охранно-конвойных подразделений в ситуациях оперативно-служебной деятельности	10	10	5	-	10	-	-	-	-

Практическое занятие №82 Тактические действия при конвоировании по лестничному маршу по пресечению нападения подозреваемого (обвиняемого) на находящегося сзади сотрудника.	2	2	1	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №83 Тактические действия по пресечению нападения в служебном помещении (коридоре либо в камере) при попытке нанести удары руками и ногами в область лица и тела одного из сотрудников.	2	2	1	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №84 Тактические действия в зале судебного заседания при попытке подозреваемым (обвиняемым) причинить себе телесные повреждения находясь за защитным ограждением.	2	2	1	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №85 Тактические действия сотрудников при групповом нападении на сотрудника в ситуации намеренной имитации критического состояния здоровья подозреваемого (обвиняемого) в камере.	2	2	1	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №86 Тактические действия сотрудников при намеренном отказе выхода подозреваемого (обвиняемого) из специального автомобиля типа «АЗ».	2	2	1	-	2	-	-	-	-	-
Раздел 21. Развитие у курсантов полиции навыков распознавания потенциально опасных ситуаций, в том числе и в различных ограниченных пространствах	18	18	10	2	16	-	-	-	-	-
Тема 21.1 Действия курсантов в подвалах и чердаках	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №87. Действия курсантов при задержании в подъезде	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №88. Стратегия самообороны при нанесении в уязвимые части человеческого тела.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №89. Технико-тактические действия сотрудника при освобождении от захватов и обхватов.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №90. Технико-тактические действия при освобождении от удушающих приемов.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №91. Технико-тактические действия сотрудника при угрозе ножом.	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №92. Технико-тактические действия сотрудника при угрозе огнестрельным оружием.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №93. Технико-тактические действия сотрудника при угрозе подручными средствами в ограниченном пространстве.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №94. Технико-тактические действия сотрудника при нападении в лифте, автомобиле.	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Контрольное занятие №1 Итоговое занятие по боевым приемам борьбы	2	2	-	-	-	2	-	-	-	-
Контрольное занятие №2 Итоговое занятие по боевым приемам борьбы	2	2	-	-	-	2	-	-	-	-
Дифференцированный зачёт	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
Всего по дисциплине	224	212	102	6	192	4	-	12	-	10

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Вид занятий	Перечень основного оборудования и технических средств обучения
Теоретические занятия, Практические занятия, Групповые и индивидуальные консультации, Текущий контроль, промежуточная аттестация	Спортивный зал (цоколь), ауд. без номера Оборудование и технические средства обучения: 1. Гимнастическая скамейка – 2 шт. 2. Гимнастические маты – 20 шт. 4. Боксерский мешок – 2 шт. 5. Перчатки боксерские – 3 пары 6. Перчатки для рукопашного боя – 3 пары 7. Лапы боксерские – 2 пары 8. Манекен учебный для борьбы – 2 шт. 9. Нож тренировочный твердый пластик – 30 шт. 10. Пистолет тренировочный твердый пластик – 30 шт. 11. Ручной браслет – 5 шт.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература

1. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. 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>.

Дополнительная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура [Текст]: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — М. : Издательство Юрайт, 2017

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/513286>.

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для

среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/511813>.

4. Физическая культура. Комплексная поддержка учителя. Всероссийский научно-методический журнал. – 2016,2017

Перечень используемого программного обеспечения

1. Microsoft Office
2. Microsoft Windows

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. ЭБС Электронного издания ЮРАЙТ
2. ЭБС «ЛАНЬ»
3. ЭБС Znanium

3.3 Особенности обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Обучение по дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Содержание образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Медицинские ограничения регламентированы Перечнем медицинских противопоказаний Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств. Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура осуществляется преподавателем в процессе Мониторинга динамики индивидуальных достижений обучающихся по учебной дисциплине, включающего текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Тип задания	Формы и методы контроля и оценки	Проверяемые образовательные результаты
Задания для текущего контроля		
Задания для стартовой диагностики	Оценка результатов тестирования Оценка участия в обсуждении	ОК 08
Тестовые задания	Оценка результатов тестирования	ОК 04, ОК 08
Теоретические вопросы	Оценка ответов обучающихся Оценка участия в обсуждении	ОК 04, ОК 08
Практические задания по составлению и выполнению комплексов упражнений	Экспертная оценка: - техники выполнения упражнений для развития основных мышечных групп и развития физических качеств; - самостоятельного проведения фрагмента занятия или занятия ППФП с элементами гимнастики; - техники выполнения упражнений на тренажёрах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями;	ОК 04, ОК 08
Спортивные игры	Экспертная оценка: - техники базовых элементов, - техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование), - технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм, - выполнения студентом функций судьи, - самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр.	ОК 04, ОК 08
Контрольные тесты для оценки физической подготовленности (выполнение нормативов)	Оценка физической подготовленности в соответствии с возрастными нормами Экспертная оценка техники	ОК 04, ОК 08

	выполнения нормативов Наблюдение за деятельностью обучающихся при выполнении нормативов	
Тематика научно-исследовательской работы (НИР, рефераты, сообщения, презентации)	Экспертная оценка работы, устной защиты, презентации по критериям Заполнение чек-листов	ОК 04, ОК 08
Ведение Дневника здоровья	Экспертная оценка работы, устной защиты, презентации по критериям Заполнение чек-листов	ОК 04, ОК 08
Контрольные занятия (тестирование по освоению норм ВФСК «ГТО», тестирование, ролевая игра, сдача норм и требований ВФСК «ГТО»)	Наблюдение за деятельностью обучающихся Оценка выполненной работы по заданным критериям и показателям	ОК 04, ОК 08
Задания для промежуточной аттестации		
Теоретические вопросы	Оценка ответов обучающихся Оценка участия в обсуждении	ОК 04, ОК 08
Практическое задание: сдача норм и требований ВФСК «ГТО»	Экспертная оценка техники выполнения нормативов Наблюдение за деятельностью обучающихся при выполнении нормативов	ОК 04, ОК 08

Текущий контроль успеваемости подразумевает регулярную объективную оценку качества освоения обучающимися содержания учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура и способствует успешному овладению учебным материалом в разнообразных формах аудиторной работы, в процессе внеаудиторной подготовки и оценивает систематичность учебной работы студента.

В начале изучения дисциплины СГ.04 Физическая культура (в течение первых двух недель) осуществляется стартовая диагностика обучающихся. Входной контроль проводится с целью определения стартового уровня подготовки студентов, который в дальнейшем сравнивается с результатами следующих этапов мониторинга уровня достижения планируемых образовательных результатов: выстраивания индивидуальной траектории обучения на основе контроля их знаний. Результаты входного контроля являются основанием для проведения корректирующих мероприятий, а также формирования подгрупп и организации дополнительных консультаций.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура осуществляется в форме дифференцированного зачета.

При промежуточной аттестации обучающихся на дифференцированном зачете по дисциплине СГ.04 Физическая культура на соответствие персональным достижениям требованиям к образовательным результатам, заявленных ФГОС среднего общего образования, преподавателем учитывается

итоговый рейтинг обучающегося по дисциплине и принимается решение об освобождении обучающегося от процедуры промежуточной аттестации.

При условии итоговой рейтинговой средневзвешенной оценки обучающегося не менее 4 баллов, соответствующей рейтингу от 4.0 до 4,4 баллов обучающийся может быть освобожден (на усмотрение преподавателя) от выполнения заданий на дифференцированном зачете с оценкой «хорошо». Если обучающийся претендует на получение оценки «отлично», он должен присутствовать на дифференцированном зачете и выполнить все задания, предусмотренные для промежуточной аттестации по учебной дисциплине.

Обучающийся, имеющий итоговый рейтинг от 4,5 до 5 баллов, освобождается от выполнения заданий на дифференцированном зачете и получает оценку «отлично».