

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ВОЛГОДОНСКОЕ СТРОИТЕЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ № 69»**

**Уровень профессионального образования
Среднее профессиональное образование**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦИКЛА
ОДБ.05 Физическая культура**

программа
подготовки квалифицированных рабочих, служащих

2022 г.

Рассмотрена на заседании ЦМК
и рекомендована к практическому
применению
Протокол №1 от « 30 »августа
2022г.

Председатель ЦМК
Общеобразовательных
дисциплин Калигува В.И. Прокуф

УТВЕРЖДАЮ:
Зам. директора по УТР
Тарасенко Л.В.
«30» 08 2022 г.



Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОДБ.05 «Физическая культура» предназначена для профессий среднего профессионального образования технологического профиля:
08.01.07 Мастер общестроительных работ.

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОДБ.05 «Физическая культура» разработана на основе примерной программы учебной дисциплины Физическая культура (автор Бешаева А.А.) ФГАУ ФИРО (Протокол №3 от 21 июля 2015г.) и предназначена для реализации основной профессиональной образовательной программы ОПОП ППКРС СПО по подготовке обучающихся на базе основного общего образования с одновременным получением среднего общего образования.

Программа разработана с учетом требований ФГОС среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 17.05.2012г. № 413), рекомендации по организации получения СПО в пределах освоения ОПОП СПО с учетом требований ФГОС и получаемой профессии СПО (протокол №3 от 25 мая 2017г.) утвержденных Минобрнауки РФ научно-методического совета ЦПО ФГАУ «ФИРО»

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Волгодонское строительное профессиональное училище №69»

Рекомендована Методическим советом училища для реализации ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Протокол №1 от 30.08.2022г.

Разработчик: Жулькин С.Ю., преподаватель высшей квалификационной категории Физической культуры ГБПОУ РО ПУ №69.

Рецензенты: Н.П. Демьяненко преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РО «ВТММ»

Г.А. Бондарев зам. директора по безопасности ГБПОУ РО ПУ-69

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Пояснительная записка	4-5...
1. Общая характеристика рабочей программы учебного предмета ОДБ 05 «Физическая культура»	6
2. Результаты освоения учебного предмета	6-8
3. Структура и содержание учебного предмета	9-14.
4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебного предмета	14-16

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета ОДБ.05 Физическая культура предназначена для изучения Физической культуры в ГБПОУ РО ПУ № 69

реализующем образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (ОПОП ППКРС СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих и служащих по профессии 08.01.07 Мастер общестроительных работ

ОДБ.05 Физическая культура изучается как на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих и служащих в общеобразовательном цикле ОПОП СПО по программе ППКРС по профессии СПО 08.01.07 Мастер общестроительных работ технологического профиля в объеме 171 час

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего полного общего образования» с изменениями, внесенными: приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 года № 1645; приказом Минобрнауки России от 31 декабря 2015 года № 1578; приказом Минобрнауки России от 29 июня 2017 года № 613;
- приказа Минпросвещения Российской Федерации от 11 декабря 2020 г. № 712 «О внесении изменений в некоторые ФГОС общего образования по вопросам воспитания»;
- распоряжения Минпросвещения Российской Федерации от 30 апреля 2021 г. № Р98 «Об утверждении Концепции преподавания общеобразовательных дисциплин с учётом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования»;
- письма Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.03.2015 № 06259 «О направлении доработанных рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования»;
- письма Министерство науки и высшего образования Российской Федерации от 20 июня 2020 г. № 05-772 «Инструктивно-методическое письмо по организации применения современных методик и программ преподавания по общеобразовательным дисциплинам в системе среднего профессионального образования, учитывающих образовательные потребности обучающихся образовательных организаций, реализующих программы среднего профессионального образования»;
- письма Минпросвещения Российской Федерации от 30 августа 2021 г. № 05-1136 «О направлении методик преподавания по общеобразовательным (обязательным) дисциплинам»;
- примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, одобренной Научно-

методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (протокол № 3 от 25мая 2017г);

- ФГОС СПО по профессии 08.01.07 Мастер общестроительных работ, утвержденного приказом

Министерства образования и науки от 13марта 2018 № 178;

- рабочей программы воспитания ГБПОУ РО ПУ № 69.

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

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Изучение учебного предмета ОДБ.05 Физическая культура завершается промежуточной аттестацией в форме: дифференцированного зачета.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Методологической основой организации занятий по физической культуре является системно - деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

В соответствии со структурой двигательной деятельности содержание учебной дисциплины «Физическая культура» представлено тремя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная, спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной подготовкой, введение в профессиональную деятельность специалиста.

Первая содержательная линия ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья студентов и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливает на формирование интересов и потребностей студентов в регулярных занятиях физической культурой и спортом, на творческое использование осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, в самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности.

Вторая содержательная линия соотносится с интересами студентов в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся.

Третья содержательная линия ориентирует образовательный процесс на развитие интереса студентов к будущей профессиональной деятельности и показывает значение физической культуры для дальнейшего профессионального роста самосовершенствования, конкурентоспособности на современном рынке труда.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Освоение содержания учебного предмета ОДБ.05 «Физическая культура» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

Код результата	Планируемый результат
Общие компетенции	
ОК1	Владеет культурным и историческим наследием, традициями в области физической культуры, толерантно воспринимает социальные и культурные различия, способен к диалогу с представителями других культурных государств
ОК2	Владеет знаниями о функциональных системах и возможностях организма, о воздействии природных, социально-экономических факторов и систем физических упражнений на организм человека, способен совершенствовать отдельные системы организма с помощью различных физических упражнений
ОК3	Владеет законодательными основами Российской Федерации в области физической культуры и спорта, умеет использовать нормативно-правовые документы в своей деятельности
ОК4	Владеет знаниями и навыками здорового образа жизни, способами сохранения и укрепления здоровья. Способен следовать социально-значимым представлениям о здоровом образе жизни, придерживаться здорового образа жизни.

ОК5	Владеет знаниями о влиянии вредных привычек на здоровье человека, может использовать средства биоуправления как способа отказа от них. Осознанно относится к здоровью, использует различные системы физических упражнений как условие формирования здорового образа жизни.
ОК6	Владеет методическими принципами физического воспитания, методами и средствами физической культуры. Самостоятельно применяет их для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
ОК7	Владеет средствами освоения основных двигательных действий. Способен самостоятельно совершенствовать основные физические качества, формировать психические качества в процессе физического воспитания
ОК8	Владеет основами общей физической и специальной подготовка в системе физического воспитания и спортивной тренировки. Способен самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья
ОК9	Владеет основами профессионально - прикладной физической подготовки, основами методики самостоятельных занятий и может осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма.
ОК10	Готов к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения
Личностные результаты	
Л1	Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению.
Л2	Сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, к целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью; неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.
Л3	Готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры.
Личностные результаты реализации программы воспитания	
ЛР1	Потребность к самостоятельному использованию физической культуры, как составляющей доминанты здоровья.
ЛР2	Приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности.
ЛР3	Способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры.
ЛР4	Патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной; готовность к служению Отечеству, его защите;
ЛР5	Умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
ЛР6	Формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты

Метапредметные результаты	
М1	Способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, в оздоровительной и социальной практике.
М2	Готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
М3	Освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ.
М4	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.
М5	Формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку.
	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности.
Предметные результаты	
П1	Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.
П2	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.
П3	Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.
	Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.
	владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки, час	256
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	171
в том числе:	
практические занятия	171
В форме практической подготовки	
контрольные работы	
промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачёт	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	85

4. Тематический план и содержание учебной дисциплины: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лексическая сторона речи, грамматическая сторона речи и коммуникативные умения, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	1курс	2курс	Междисциплинарные, Предметные.	Уровень усвоения
1	2	3			4	5
Раздел 1. Теоретические сведения						
Тема 1.1.	<i>Содержание:</i>	5	2	3	М1,2,3, 5.П1,2, 3,4.	2
	Введение. Основы здорового образа жизни, физическая культура в обеспечении здоровья. Современные оздоровительные системы физического воспитания их роль в формировании здорового образа жизни, сохранение творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек. Требования к технике безопасности.	1	1			
	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Активный отдых. Закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, баня, массаж.	1	1			
	Самоконтроль уровня совершенствования профессионально – прикладных и военных психологических качеств.	1		1		
	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Коррекция фигуры. Основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки.	1		1		
	Физическая культура в профессиональной деятельности специальности.	1		1		
	<i>Содержание учебного материала: Легкая атлетика</i>	52	27	25	М1,2,3, 5.П1,2, 3,4.	2

Тема 2.1. Бег	1. Специальные, вспомогательные и имитационные упражнения спринтера	1	1			
	2. Техника и команды низкого старта	1	1			
	3. Техника команды высокого старта	1	1			
	4. Стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование	2	1	1		
	5. Бег на 60 метров	2	1	1		
	6. Бег на 100 метров Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	7. Бег на 500 метров (девушки) и на 800 метров (юноши)	2	1	1		
	8. Бег 1000 метров Подготовка к выполнению норм ГТО	1	1			
	9. Бег 2000 метров	2	1	1		
	10. Бег 3000 метров Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	11. Техника бега, групповой старт, бег в группе, финиширование.	2	1	1		
	12. Эстафетный бег 4x100 метров	2	1	1		
	13. Кроссовый бег	2	1	1		
	14. Бег по пересеченной местности	1				
	15. Бег с преодолением препятствий	2	1	1		
	16. Бег в равномерном и переменном темпе	2	1	1		
	17. Марш – бросок на 3 км Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
Тема 2.2. Прыжки	1. Прыжки в длину с места Подготовка к выполнению норм ГТО	0.5	1			
	2. Специальные и подготовительные упражнения	1.5	1	1		
	3. Компоненты прыжка в длину с разбега	0.5	1			
	4. Прыжки в длину с разбега Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	5. Способы подбора разбега прыгуном	0.5				
	6. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	1	1		
	7. Прыжки в длину с разбега способом «согнувшись»	2	1	1		
	8. Тройной прыжок с места	1		1		
	9. Тройной прыжок с разбега	1		2		
	10. Прыжки в высоту способом «перешагивание»	1		2		
	11. Прыжки в высоту другими способами: «перекидной», «перекатом»	2				
Тема 2.3. Метание	1. Специальные подготовительные упражнения метателя	1	1			
	2. Способы метания и подбора разбега и метания	1	1			
	3. Техника метания малого мяча	2	1	1		

	4. Техника метания гранаты с места	2	1	1		
	5. Техника метания гранаты с разбега	3	1	2		
Внеаудиторная самостоятельная работа		26	27	25		
<i>Содержание учебного материала: ППФП</i>		32	16	16		2
Тема 3.1. Атлетическая гимнастика	1. Упражнения с отягощением (гиря, штанга) и собственным весом	3	1	1		
	2. Отжимания	2	1	1		
	3. Упражнения на тренажерах	2	1	1		
	4. Подтягивание на перекладине Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	5. Упражнения на гимнастических снарядах (брусья)	2	1	1		
	6. Специальной подготовительный комплекс	2	1	1		
Тема 3.2.Круговая тренировка	1.Круговая тренировка с целью развития силовых, скоростных качеств и силовой выносливости.	3	2	2		
	2.Упражнения со скакалкой	2	1	1		
	3.Поднимание туловища и ног в висе Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	4.Упражнения на перекладине	2	1	1		
	5.Упражнения на тренажерах	2	1	1		
Тема 3.3. Гиревое двоеборье	1. Техника рывка и толчка	2	1	1		
	2. Рывок гири 16 кг	2	1	1		
	3. Толчок гири 16 кг Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	4. Двоеборье (гири 16 кг)	2	1	1		
Внеаудиторная самостоятельная работа		16	8	8		
<i>Содержание учебного материала: Гимнастика</i>		32	16	16	М1,2,3, 5.П1,2, 3,4.	2
Тема 4.1. (юноши) Упражнения на высокой перекладине	1.Техника вися прямым и обратным хватом	2	1	1		
	2.Размахивания в висе изгибом	2	1	1		
	3.Подъем переворотом	2	2	1		
	4.Малый оборот в упоре	2	1	2		
	5.Выход силой	2	1	1		
	6.Зачетный норматив: подтягивание на перекладине Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		

	7.Зачетный норматив: поднимание ног в висе. Выполнение требований недельного двигательного режима и подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
	8.Зачетный норматив: поднимание туловища. Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
Тема 4.2. Гимнастика с основами акробатики	1.Гимнастические перестроения на месте и в движении	3	1	1		
	2.Перекаты, кувырки вперед, назад	2	1	1		
	3.Стойки на голове и руках	2	1	1		
	4.Шпагаты и полушпагаты	2	1	1		
	5. Гимнастические связки (группировки, соединение элементов)	3	1	1		
	6. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов	2	1	1		
	7. Упражнения со скакалкой, обручем, лентой, булавой (девушки) Подготовка к выполнению норм ГТО	2	1	1		
Внеаудиторная самостоятельная работа		16	8	8		
	<i>Содержание учебного материала: Спортивные игры</i>	50	26	24	М1,2,3, 4,5 .П1,2,3 ,4,5	2
Волейбол	1. Волейбол в программе по физической культуре в НПО	0.5	0.5			
	2. Стойки и перемещения волейболиста на площадке	1	0.5	0.5		
	3.Прием и передача мяча сверху двумя руками	2	1	1		
	4.Прием и передача мяча снизу двумя руками	2	1	1		
	5.Техника приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками	1.5	1	0.5		
	6.Техника нижней прямой подачи	1.5	1	0.5		
	7.Техника нижней боковой подачи	1	0.5	0.5		
	8.Техника нижней подачи	1	0.5	0.5		
	9.Прием и передача мяча сверху и снизу в парах, через сетку.	2	1	1		
	10. Техника верхней прямой подачи	2	1	1		
	11. Нападающий удар	2	1	1		
	12.Правила игры в волейбол	2	0.5	1.5		
	13.Двусторонняя учебная игра с заданием	4	2	2		
	14.Зачетный норматив: прием и передача мяча сверху двумя руками	1	0.5	0.5		

	15.Зачетный норматив: прием и передача мяча снизу двумя руками	0.5	0.5			
	16.Зачетный норматив: подачи мяча	1	0.5	0.5		
Баскетбол	1. Баскетбол в программе по физической культуре в	0,5	0,5			
	2. Стойки и перемещения баскетболиста	1	0,5	0.5		
	3.Техника ведения мяча	1	0.5	0.5		
	4.Передачи мяча двумя руками от груди	1	0.5	0.5		
	5.Передачи мяча двумя руками от груди с отскоком от пола	1.5	0.5	1		
	6.Передачи мяча двумя руками из-за головы	1.5	0.5	1		
	7.Передачи мяча от плеча	1.5	0.5	1		
	8.Ведение мяча - два шага - передача мяча	2	1	1		
	9.Ведение мяча - два шага - бросок в корзину	2	1	1		
	10.Передача мяча в быстрый отрыв	1	0,5	0.5		
	11.Передача мяча в парах в движении	0.5	0,5			
	12.Правила игры в баскетбол	0.5	0,5			
	13.Броски по кольцу двумя руками сверху	1	0.5	0.5		
	14.Техника игры в защите	1.5	1	0.5		
	15.Техника игры в нападении	1,5	1	0.5		
	16.Тактические действия в нападении	1	0.5	0.5		
	17.Штрафной бросок	2	1	1		
	18.Двусторонняя учебная игра с заданием в нападении	1	0,5	0.5		
	19.Двусторонняя учебная игра с заданием в защите	1	0,5	0.5		
	20.Зачетные элементы: передача мяча, ведение мяча	1	0,5	0.5		
	21.Зачетные элементы: ведение мяча – два шага – бросок в корзину	1	0.5	0.5		
Внеаудиторная самостоятельная работа		25	13	12		
Всего:		256	130	126		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

4. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебного предмета ОДБ.05 Физическая культура предусмотрен кабинет «Спортивный зал» оснащенный оборудованием: маты гимнастические, шведские стенки, скамейки гимнастические, перекладины навесные, брусья, набор гантели, гири, обручи, скакалки, набивные мячи, тренажеры, мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные техническими средствами обучения: секундомер

5. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд ГБПОУ РО ПУ № 69 имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе:

5.1 Для обучающихся

Основные источники:

- О.1. Бишаева А.А. Профессионально – оздоровительная физическая культура студента. Учебное пособие. – М.: 2013
- О.2 Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И.Евсеев. – Ростов н/Д, 2010.
- О.3 Коробейников Н.К., Михеев А.А., Николенко И.Г. Физическое воспитание: учебное пособие для сред. спец. учеб. заведений – 2010
- О.4 Бишаева А.А. Физическая культура. Учебник М-2012
- О.5 Решетников Н.В., Кислицин, Палтиевич, Р.И, Погадаев Г.И. 19 изд. М-2018

Дополнительные источники:

- Д.1 Хрущев С.В. Физическая культура детей с заболеванием органов дыхания: учебное пособие для вузов. – М., 2011;
- Д.2 Матвеев В.И. Спортивные игры для студентов и преподавателей средних специальных учебных заведений. СПО. – М., 2010.
- Д.3 Волейбол: Правила соревнований -М, Физкультура и спорт 1986
- Д.4.Баскетбол: Правила соревнований -М, Физкультура и спорт 1986
- Д.5Украна М.Л., А.М. Шлемина -М 1977. Гимнастика. Учебник для техникумов физической культуры

5.2. Для преподавателей

- 1. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413. Зарегистрировано в Минюсте РФ 07.06.2012 N 24480.
3. Приказ Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. № 1645 « О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
 4. Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

4.2.3. Интернет-ресурсы

1. <http://minstml.gov.ru>.- Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации. Дата обращения: 02.09.2015 г;
2. <http://www.edu.ru>- Федеральный портал «Российское образование». Дата обращения: 02.09.2015 г.
3. <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xmlgov.ru>.- Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Дата обращения: 02.09.2015 г.
4. <http://www.olympic.ru>- Официальный сайт олимпийского комитета России. Дата обращения: 02.09.2015 г.
5. <http://group32441.narod.ru>.- Сайт: Учебно – методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах российской Федерации (НФП – 2009). Дата обращения: 02.09.2015 г.

Лист дополнений и изменений к рабочей программе ОДБ. 05 Физическая культура на 2022- 2023учебный год

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2022- 2023учебный год по учебному предмету ОДБ. 05 Физическая культура

В рабочую программу внесены следующие изменения:

Дополнения и изменения в рабочей программе рассмотрены и согласованы на заседании _____ методической (цикловой) комиссии

« _____ » _____ 20 _____ г. (протокол № _____).