

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**«ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.В. ПАРАХИНА»**  
**МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины БД.08 Физическая культура.

Программы подготовки специалистов среднего звена  
(ППССЗ)

Специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

Год набора 2020

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО).

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по учебной работе  
Мисефас Т.В. Карнюшкина  
03 марта 2020 г.



ОДОБРЕНО

П(Ц)К общеобразовательных  
дисциплин  
Протокол № 8 от 02 марта 2020 г.  
Председатель П(Ц)К  
Азарцев Ю.А. Азарцева

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделением  
Строительства и эксплуатации  
зданий и сооружений  
Винокурова Е.С. Винокурова  
03 марта 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор научной библиотеки  
Ишханова Е.В. Ишханова  
03 марта 2020 г.

Организация – разработчик: Многопрофильный колледж ФГБОУ ВО Орловский ГАУ

Разработчик: Крепак И.М. преподаватель физической культуры высшей квалификационной категории Многопрофильного колледжа ФГБОУ ВО Орловский ГАУ

Рецензенты:

внешний: Парфенов А.С. кандидат педагогических наук, доцент кафедры прикладной физической культуры факультета «Академия физической культуры и спорта» ФГБОУ ВО ОГУ имени И.С. Тургенева

внутренний: Каинков И.В. преподаватель физической культуры высшей квалификационной категории Многопрофильного колледжа ФГБОУ ВО Орловский ГАУ

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....	5
3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.....	6
4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	10
7. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ.....	11
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....	13
9. ЛИТЕРАТУРА.....	15

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа общеобразовательной дисциплины БД.08 Физическая культура предназначена для организации занятий по физической культуре в Многопрофильном колледже, реализующим программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) на базе основного общего образования.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины БД.08 Физическая культура, в соответствии с Рекомендациями 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.

Содержание программы по дисциплине БД.08 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.

Рабочая программа дисциплины БД.08 Физическая культура может быть адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Содержание дисциплины БД.08 Физическая культура направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Реализация содержания дисциплины БД.08 Физическая культура в преемственности с другими общеобразовательными дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации обучающихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни.

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 дисциплины БД.08 Физическая культура представлено тремя содержательными линиями:

- 1) физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- 2) спортивно-оздоровительной деятельностью с прикладной ориентированной подготовкой;
- 3) введением в профессиональную деятельность специалиста.

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

Вторая содержательная линия соотносится с интересами обучающихся 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 обучающихся к будущей профессиональной деятельности и показывает значение физической культуры для их дальнейшего профессионального роста, самосовершенствования и конкурентоспособности на современном рынке труда.

Основное содержание дисциплины БД.08 Физическая культура реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами: теоретическая часть и практическая часть.

**Теоретическая часть** направлена на формирование у обучающихся мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

**Практическая часть** предусматривает организацию учебно-тренировочных занятий. Учебно-тренировочные занятия содействуют укреплению здоровья, развитию физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма студентов, а также профилактике профессиональных заболеваний.

Для организации учебно-тренировочных занятий обучающихся по физической культуре культивируются следующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, ОФП.

Все контрольные нормативы по физической культуре студенты сдают в течение учебного года для оценки преподавателем их функциональной и двигательной подготовленности, в том числе и для оценки их готовности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Изучение общеобразовательной дисциплины БД.08 Физическая культура завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации.

## **МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Дисциплина БД.08 Физическая культура является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Освоение содержания учебной дисциплины БД.08 Физическая культура обеспечивает достижение студентами следующих **результатов**:

### **•личностных:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально- оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений,

личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;

- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;

- 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;

- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

- готовность к служению Отечеству, его защите;

- **метапредметных:**

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

- 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;

- 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;

- **предметных:**

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- 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).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Теоретическая часть**

#### ***Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся СПО.***

Современное состояние физической культуры и спорта. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек.

Особенности организации занятий с обучающимися в процессе освоения содержания дисциплины БД.08 Физическая культура. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.

### **Практическая часть**

#### **Учебно-тренировочные занятия**

При проведении учебно-тренировочных занятий преподаватель определяет оптимальный объем физической нагрузки, опираясь на данные о состоянии здоровья



студентов, дает индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий тем или иным видом спорта.

### **1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.**

Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления.

Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 500 м (девушки) и 1000 м (юноши), 1000 м (девушки) и 2000 м (юноши), 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши); прыжки в длину с места; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши).

### **2. Гимнастика.**

Решает оздоровительные и профилактические задачи. Развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие, сенсорику. Совершенствует память, внимание, целеустремленность, мышление.

Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.

### **3. Спортивные игры.**

Проведение спортивных игр способствует совершенствованию профессиональной двигательной подготовленности, укреплению здоровья, в том числе развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции; дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения, формированию двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствованию взрывной силы; развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности.

Из перечисленных спортивных игр профессиональная образовательная организация выбирает те, для проведения которых есть условия, материально-техническое оснащение, которые в большей степени направлены на предупреждение и профилактику профзаболеваний, отвечают климатическим условиям региона.

### **Волейбол.**

Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди—животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.

## **Баскетбол.**

Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защита — перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.

### **4.ОФП.**

Рывок и толчок гири 16 кг.; круговая тренировка; военно-спортивное упражнение; сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки (девушки); подъем туловища из положения, лежа на спине согнув ноги; прыжки со скакалкой.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем – 117 часов.

### **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Аудиторные занятия. Содержание обучения</b>	
<b>Теоретическая часть</b>	<b>2</b>
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО	2
<b>Практическая часть</b>	<b>115</b>
Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	40
Гимнастика	15
Баскетбол	18
Волейбол	24
ОФП	18
<b>Итого</b>	<b>117</b>
<b>Самостоятельная работа</b>	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	
<b>Всего</b>	<b>117</b>

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<b>Теоретическая часть</b>	
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО	<p>Знание современного состояния физической культуры и спорта. Умение обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний.</p> <p>Знание оздоровительных систем физического воспитания.</p> <p>Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p>
<b>Практическая часть</b>	
1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	<p>Освоение техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м; бега по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 500 м (девушки) и 1000 м (юноши), 1000 м (девушки) и 2000 м (юноши), 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).</p> <p>Умение технически грамотно выполнять (на технику): прыжки в длину с места; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши).</p>
2. Гимнастика	<p>Освоение техники общеразвивающих упражнений, упражнений в паре с партнером, упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки); выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний (упражнений в чередовании напряжения с расслаблением, упражнений для коррекции нарушений осанки, упражнений на внимание, висов и упоров, упражнений у гимнастической стенки), упражнений для коррекции зрения.</p> <p>Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики</p>

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
3. Спортивные игры	<p>Освоение основных игровых элементов.</p> <p>Знание правил соревнований по избранному игровому виду спорта.</p> <p>Развитие координационных способностей, совершенствование ориентации в пространстве, скорости реакции, дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения.</p> <p>Развитие личностно-коммуникативных качеств.</p> <p>Совершенствование восприятия, внимания, памяти, воображения, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений.</p> <p>Развитие волевых качеств, инициативности, самостоятельности.</p> <p>Умение выполнять технику игровых элементов на оценку.</p> <p>Участие в соревнованиях по избранному виду спорта.</p> <p>Освоение техники самоконтроля при занятиях; умение оказывать первую помощь при травмах в игровой ситуации</p>
4. ОФП	<p>Знание и умение грамотно использовать современные методики дыхательной гимнастики.</p> <p>Осуществление контроля и самоконтроля за состоянием здоровья. Знание средств и методов при занятиях дыхательной гимнастикой.</p>
<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>	<p>Овладение спортивным мастерством в избранном виде спорта. Участие в соревнованиях.</p> <p>Умение осуществлять контроль за состоянием здоровья (в динамике); умение оказывать первую медицинскую помощь при травмах.</p> <p>Соблюдение техники безопасности.</p>

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ  
И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Оборудование спортивного комплекса:**

- 302016, Орловская область, г.Орел, ул. Комсомольская,170  
Спортивный зал

Спортивный инвентарь	Кол-во
Мяч баскетбольный	10
Мяч волейбольный	10
Стойка для бадминтона	1
Сетка для бадминтона	1
Сетка волейбольная	1
Гири 16 кг.	1
Гири 32-16 кг.	2
Гири 8 кг.	2
Обруч алюминиевый	15
Перекладина	1
Скакалка резиновая	15
Скамейки гимнастические	4
Штанга	2
Щит баскетбольный	2
Стойка волейбольная	1
Свисток судейский для волейбола/баскетбола	1

- 302016, Орловская область, г. Орел, ул. Комсомольская, 170, Лит Б  
Спортивный зал

Спортивный инвентарь	Кол-во
Мяч баскетбольный	15
Мяч волейбольный	15
Мяч футбольный	3
Стол теннисный	1
Гири 16 кг.	2
Обруч алюминиевый	15
Перекладина	2
Ракетка для настольно тенниса	5
Скакалка резиновая	15
Скамейки гимнастические	10
Щит баскетбольный	6
Стойка волейбольная	1
Свисток судейский для волейбола/баскетбола	1
Шапочка для плавания	11

- 302019, Орловская область, г. Орел, ул. Генерала Родина, 69  
Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий

Спортивный инвентарь	Кол-во
Мяч баскетбольный	5
Мяч волейбольный	5
Мяч футбольный-	2
Сетка волейбольная-	1
Стойка волейбольная	1
Свисток металлический	1
Полоса препятствий	
Гимнастические снаряды и тренажеры для открытых площадок	

## ЛИТЕРАТУРА

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы.

Список литературы:

### 1. Официальные издания

#### 1.1 Нормативно-правовые документы

Об образовании в Российской Федерации (с изменениями на 26 июля 2019 года)<http://docs.cntd.ru/document/902389617> *Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ*(дата обращения: 5.04.2019). (неограниченный доступ)

### 2. Основная учебная литература

2.1. *Алхасов, Д. С.* Теория и история физической культуры : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06071-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/439006> (дата обращения: 5.04.2019).

2.2. *Ягодин, В. В.* Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/442510> (дата обращения: 5.04.2019).

2.3. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433532> (дата обращения: 5.04.2019).

### 3. Дополнительная учебная литература

3.1. *Алхасов, Д. С.* Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 256 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438771> (дата обращения: 5.04.2019).

3.2. *Алхасов, Д. С.* Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438773> (дата обращения: 5.04.2019).

3.3. *Бегидова, Т. П.* Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07862-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438978> (дата обращения: 5.04.2019).

3.4. *Германов, Г. Н.* Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438782> (дата обращения: 5.04.2019).

### 4. Справочно-библиографические издания

4.1. Виртуальный атлас по анатомии и физиологии человека <http://www.pseudology.org/health/SlovarAnatomia.pdf> (дата обращения: 5.04.2019) (открытый доступ)

4.2. Энциклопедия по физической культуре и спорту <http://sport-history.ru/physicalculture/> (дата обращения: 5.04.2019) (открытый доступ)

#### 5. Периодические издания

5.1. Физкультура и спорт. – М., 2006-2019, 1-12 (в год)

5.2. Среднее профессиональное образование + приложение. – М., 2012-2019, № 1-12 (в год)

5.3. Наука без границ <http://online-zhurnaly.ru/tags/%CD%E0%F3%EA%E0+%E1%E5%E7+%E3%F0%E0%ED%E8%F6/> (дата обращения: 5.04.2019) (открытый доступ)

5.4. Знание-сила <http://online-zhurnaly.ru/tags/%C7%ED%E0%ED%E8%E5-%F1%E8%EB%E0/> (дата обращения: 5.04.2019). (открытый доступ)

#### 6. Профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети «Интернет»

6.1. Профессиональная справочная система Техэксперт <https://cntd.ru/> (дата обращения: 5.04.2019) (неограниченный доступ)

6.2. Профессиональная база данных Консультант плюс <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 5.04.2019). (открытый доступ)

6.3. ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/> (дата обращения: 5.04.2019). (неограниченный доступ)

6.4. ЭБС «IPRbooks» <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 5.04.2019). (неограниченный доступ)

6.5. Электронная библиотека издательства «ЮРАЙТ» <https://biblio-online.ru/> (дата обращения: 5.04.2019). (неограниченный доступ)

6.6. ПООП издательство «ЮРАЙТ» <https://biblio-online.ru/catalog/poop> (дата обращения: 5.04.2019). (неограниченный доступ)

#### Обмен информацией с образовательными организациями

1. ФГБОУ ВО «Пензенский государственный аграрный университет» (договор сотрудничества от 23.05.2017г.)

2. ФГБОУ ВО «Самарский государственный аграрный университет» (договор сотрудничества №2 от 14.05.2019г.)



## Лист регистрации

Номер изменени я	Текст изменения	Приказ, протокол заседания Ученого совета университета	
		№	Дата
1	Внесены изменения в части информационного обеспечения реализации программы (в том числе в части списка литературы), обновлен фонд оценочных средств	Протокол № 13	27.08.2020 г.
2			
3			
4			
5			

### 3.3. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы.

Список литературы:

#### 1. Официальные издания

##### 1.1 Нормативно-правовые документы

Об образовании в Российской Федерации (с изменениями на 26 июля 2019 года)<http://docs.cntd.ru/document/902389617> *Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ*(дата обращения 18.08.2020). (неограниченный доступ)

#### 2. Основная учебная литература

2.1. *Аллянов, Ю. Н.* Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/448586> (дата обращения 18.08.2020).

2.2. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/456547> (дата обращения 18.08. 2020).

2.3 Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/448769> (дата обращения 18.08.2020).

#### 3. Дополнительная учебная литература

3.1 *Алхасов, Д. С.* Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/453951> (дата обращения 18.08. 2020).

3.2 *Алхасов, Д. С.* Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст :

электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/453953> (дата обращения 18.08. 2020).

3.3. *Бегидова, Т. П.* Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07862-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/454154>. — (Среднее профессиональное образование). (дата обращения 18.08. 2020).

3.4 *Германов, Г. Н.* Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438782> (дата обращения: 18.08.2020).

#### 4. Справочно-библиографические издания

4.1. Виртуальный атлас по анатомии и физиологии человека <http://www.pseudology.org/health/SlovarAnatomia.pdf> (дата обращения: 18.08.2020). (открытый доступ)

4.2. Энциклопедия по физической культуре и спорту <http://sport-history.ru/physicalculture/> (дата обращения: 18.08.2020). (открытый доступ)

#### 5. Периодические издания

5.1. Физкультура и спорт. — М., 2006-2019, 1-12 (в год)

5.2. Среднее профессиональное образование + приложение. — М., 2012-2019, № 1-12 (в год)

5.3. Наука без границ <http://online-zhurnaly.ru/tags/%CD%E0%F3%EA%E0+%E1%E5%E7+%E3%F0%E0%ED%E8%F6/> (дата обращения: 5.04.2019) (открытый доступ)

5.4. Знание-сила <http://online-zhurnaly.ru/tags/%C7%ED%E0%ED%E8%E5-%F1%E8%EB%E0/> (дата обращения: 18.08.2020). (открытый доступ)

#### 6. Профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети «Интернет»

6.1. Профессиональная справочная система Техэксперт <https://cntd.ru/> (дата обращения: 18.08.2020). (неограниченный доступ)

6.2. Профессиональная база данных Консультант плюс <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 18.08.2020). (открытый доступ)

6.3. ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/> (дата обращения 18.08.2020). (неограниченный доступ)

6.4. ЭБС «IPRbooks» <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 18.08.2020). (неограниченный доступ)

6.5. Электронная библиотекаиздательства «ЮРАЙТ» <https://biblio-online.ru/> (дата обращения: 18.08.2020).(неограниченный доступ)

6.6. ПООП издательство «ЮРАЙТ» <https://biblio-online.ru/catalog/poop> (дата обращения: 18.08.2020).(неограниченный доступ)

Обмен информацией с образовательными организациями

1.ФГБОУ ВО «Пензенский государственный аграрный университет» (договор сотрудничества от 23.05.2017г.)

2. ФГБОУ ВО «Самарский государственный аграрный университет» (договор сотрудничества №2 от 14.05.2019г.)

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу учебной дисциплины БД.08 Физическая культура, разработанную преподавателем Многопрофильного колледжа Крепак И.М. для специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СОО.

Количество часов, предусмотренное на изучение дисциплины БД.08 Физическая культура тематическим планом рабочей программы соответствует рабочему учебному плану Многопрофильного колледжа для специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Рабочая программа по дисциплине БД.08 Физическая культура направлена на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности обучающихся, на формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Программа содержит теоретическую и практическую части. Теоретический материал имеет валеологическую и профессиональную направленность. Его освоение обеспечивает формирование мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание обучающимися значения здорового образа жизни и двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий. Учебно-тренировочные занятия включают в себя следующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, волейбол, баскетбол, ОФП.

Рабочая программа по учебной дисциплине БД.08 Физическая культура соответствует требованиям Федерального Государственного образовательного стандарта среднего общего образования и рекомендуется к использованию в учебном процессе.

Рецензент:  
преподаватель физической культуры  
высшей квалификационной категории  
Многопрофильного колледжа



И.В.Каинков



## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу учебной дисциплины БД.08 Физическая культура, разработанную преподавателем Многопрофильного колледжа Крепак И.М.. для специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СОО.

Количество часов, предусмотренное на изучение дисциплины БД.08 Физическая культура тематическим планом рабочей программы соответствует рабочему учебному плану Многопрофильного колледжа для специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Рабочая программа по дисциплине БД.08 Физическая культура направлена на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности обучающихся, на формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Программа содержит теоретическую и практическую части. Теоретический материал имеет валеологическую и профессиональную направленность. Его освоение обеспечивает формирование мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание обучающимися значения здорового образа жизни и двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий. Учебно-тренировочные занятия включают в себя следующие виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, волейбол, баскетбол, ОФП.

Рабочая программа по учебной дисциплине БД.08 Физическая культура соответствует требованиям Федерального Государственного образовательного стандарта среднего общего образования и рекомендуется к использованию в учебном процессе.

Рецензент:

кандидат педагогических наук, доцент кафедры

прикладной физической культуры факультета

Академия физической культуры и спорта,

ФГБОУ ВО ОГУ имени И.С.Тургенева

 А.С.Парфенов

