Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора ГБПОУ СГКСТД
Т.А. Санникова
№ 126а_ от «03» _06_ 2019г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

профессия 43.01.09 Повар, кондитер

C=RU, O=ГБПОУ СГКСТД, CN=Директор - Санникова Татьяна Александровна, E=poo_sgkstd_su@samara.edu.ru
00f6e3fae9e654cbc1
2021.03.26 16:06:51+04'00'

Самара 2019 г.

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»
Изменение №_____ «____» _____ 20___ г.

ОДОБРЕНА
Предметной (цикловой)
комиссией общественного питания
Протокол № __ от «___» _____ 20 г.
Председатель ПЦК _Головачева И.Г.

Автор: Байкин В.М.

Дата актуализации	Результаты актуализации	Подпись разработчика

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»

Изменение №_____ «____» _____ 20___ г.

Рабочая программа учебной дисциплины Физическая культураразработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО) по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.12.2016г. №1569; профессионального стандарта Повар, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08.09.2015 №610н, профессионального стандарта Кондитер, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.09.2015 №597н, профессионального стандарта Пекарь, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 01.12.2015 №914н; примерной основной образовательной программы по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, регистрационный номер 43.01.09-170331.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ… 5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ…….…. 7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……..…. 12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……...….. 14
ПРИЛОЖЕНИЕ……. 19

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих служащих (ППКРС) в соответствии с ФГОС СПО по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

Рабочая программа ориентирована на подготовку обучающихся к выполнению требований WorldSkills по компетенциям Поварское дело, Кондитерское дело, Хлебопечение

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина Физическая культура является дисциплиной раздела физическая культура, устанавливающей базовые знания для получения профессиональных знаний и умений.

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

В результате освоения дисциплины, обучающийся должен:

– **уметь** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

- **уметь** распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- **уметь** составить план действия; определить необходимые ресурсы;
- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
- **уметь** определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования
- **уметь** организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности
- **уметь** описывать значимость своей профессии

- **уметь** соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии
- **уметь** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии
- **знать** о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека,
- **знать** основы здорового образа жизни
- **знать** актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте.
- **знать** алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
- **знать** содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования
- **знать** психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
- **знать** сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии
- **знать** правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения
- **знать** роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; средства профилактики перенапряжения.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает формирование общих и профессиональных компетенций.

Общие и профессиональные компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по профессии)
ПК 1.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для обработки сырья, приготовления полуфабрикатов в соответствии с инструкциями и регламентами
ПК 1.2 Осуществлять обработку, подготовку овощей, грибов, рыбы,

нерыбного водного сырья, мяса, домашней птицы, дичи, кролика
ПК 1.3. Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из рыбы и нерыбного водного сырья.
ПК 1.4. Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из мяса, домашней птицы, дичи, кролика.
ПК 2.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами.
ПК 2.2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение бульонов, отваров разнообразного ассортимента.
ПК 2.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации супов разнообразного ассортимента.
ПК 2.4. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение горячих соусов разнообразного ассортимента.
ПК 2.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд и гарниров из овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий разнообразного ассортимента.
ПК 2.6. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из яиц, творога, сыра, муки разнообразного ассортимента.
ПК 2.7. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента.
ПК 2.8. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из мяса, домашней птицы, дичи и кролика разнообразного ассортимента.
ПК 3.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления холодных блюд, кулинарных изделий, закусок в соответствии с инструкциями и регламентами.
ПК 3.2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение холодных соусов, заправок разнообразного ассортимента.
ПК 3.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации салатов разнообразного ассортимента.
ПК 3.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации бутербродов, канапе, холодных закусок разнообразного ассортимента.
ПК 3.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из рыбы, нерыбного водного сырья

разнообразного ассортимента.
ПК 3.6. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из мяса, домашней птицы, дичи разнообразного ассортимента.
ПК 4.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления холодных и горячих сладких блюд, десертов, напитков разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами.
ПК 4.2. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.
ПК 4.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.
ПК 4.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных напитков разнообразного ассортимента.
ПК 4.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих напитков разнообразного ассортимента.
ПК 5.1. Подготавливать рабочее место кондитера, оборудование, инвентарь, кондитерское сырье, исходные материалы к работе в соответствии с инструкциями и регламентами.
ПК 5.2. Осуществлять приготовление и подготовку к использованию отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий.
ПК 5.3. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации хлебобулочных изделий и хлеба разнообразного ассортимента.
ПК 5.4. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента.
ПК 5.5. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов разнообразного ассортимента.
ОК.01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам
ОК.03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
ОК.04 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК.06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК.07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению,

эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

Объем образовательной нагрузки – 174 часа.

Всего учебных занятий во взаимодействии с преподавателем – 172 часа, в том числе:

– теоретическое обучение - 2 часа;

– лабораторные и практические занятия, включая семинары – 170 часов.

Самостоятельная работа обучающегося - 2 часа.

Консультации – 0 часов.

Промежуточная аттестация -0 часов.

В том числе **часов вариативной части учебных циклов ППКРС** не предусмотрено

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	**174**
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	**172**
в том числе:	
практические занятия/лабораторные занятия	170
Самостоятельная работа обучающегося	**2**
в том числе:	
рефераты, индивидуальные творческие задания, индивидуальное проектное задание, выполнение графических работ, изготовление макета, исследовательская работа, работа с нормативной документацией	
Консультации	**0**
Промежуточная аттестация в форме зачета, дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Научно- методические основы формирования физической культуры личности		
Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	**Содержание учебного материала**	
	1. Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры.	
	2. Сущность и ценности физической культуры.	
	3. Социально-биологические основы физической культуры.	
	4. Основы здорового образа и стиля жизни.	
	Практическое занятие №1 Выполнение комплексов упражнений направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	12
	Самостоятельная работа №1 Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики.	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности		
Тема 2.1. Общая физическая подготовка	**Содержание учебного материала**	
	1. Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания.	
	2. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей.	
	3. Особенности физической и функциональной подготовленности.	
	4. Двигательные действия. Построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы общеразвивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.	
	5. Подвижные игры.	
	Практическое занятие №2 Выполнение построений, перепостроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.	16
	Практическое занятие №3 Выполнение подвижных игр различной интенсивности.	22
	Самостоятельная работа №2	

	Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий.	
Зачет		
Тема 2.2. Легкая атлетика	**Содержание учебного материала**	
	1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересеченной местности.	
	2. Эстафетный бег.	
	3. Техника спортивной ходьбы.	
	4. Прыжки в длину.	
	Практическое занятие № 4 Выполнение, закрепления и совершенствования техники двигательных действий.	24
	Самостоятельная работа №3 Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий.	
Тема 2.3. Спортивные игры	**Содержание учебного материала**	
	1. Баскетбол (перемещение по площадке, передача мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу). Ловля мяча; двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков.	
	2. Волейбол. Стойки в волейболе. Перемещение по площадке, подача мяча, прием мяча, передача мяча, нападающие удары, блокирование нападающего удара, страховка у сетки. Групповые и командные действия игроков.	
	3. Бадминтон. Способы хватки ракетки, игровые стойки, передвижения по площадке, жонглирование воланом. Удары: сверху правой и левой сторонами ракетки, удары снизу и сбоку слева и справа, подрезкой справа и слева.	
	4. Настольный теннис. Стойки игрока, способы держания ракетки горизонтальная хватка, вертикальная хватка. Передвижения, технические приемы, тактические комбинации. Тактика одиночной и парной игры. Двусторонняя игра.	
	Практическое занятие №5 Выполнение технико-тактических приемов спортивных игр.	48
	Самостоятельная работа № 4 Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий.	

Зачет			
Тема 2.4. Атлетическая гимнастика (юноши)	**Содержание учебного материала**		
	1.	Особенности составления комплексов атлетической гимнастики в зависимости от решаемых задач.	
	2.	Особенности использования атлетической гимнастики как средства физической подготовки к службе в армии.	
	3.	Комплексы упражнений для акцентированного развития определенных мышечных групп.	
	Практическое занятие №6 Выполнение упражнений на тренажерах, с отягощениям.		16
	Самостоятельная работа №5 Выполнение двигательных действий и их комбинаций.		
Тема 2.5. Лыжная подготовка	**Содержание учебного материала**		
	1.	Лыжная подготовка. Бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход, попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход.	
	2.	Передвижение по пересеченной местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте.	
	3.	Прыжки на лыжах с малого трамплина. Прохождение дистанций до 5 км. (девушки), до 10 км. (юноши).	
	Практическое занятие №7 Совершенствование основных элементов лыжной техники.		16
	Самостоятельная работа №6 Катание на лыжах/коньках.		
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) (разрабатывается с учетом специфики профессиональной деятельности укрупненной группы специальностей/ профессий)			
Тема 3.1. Сущность и содержание профессионально прикладной физической подготовки (ППФП) в достижении высоких профессиональных	**Содержание учебного материала**		
	1.	Прикладные виды спорта.	
	2.	Прикладные умения и навыки.	
	3.	Оценка эффективности профессионально прикладной физической подготовки (ППФП).	
	Практическое занятие №8 Самооценка эффективности ППФП.		8
	Самостоятельная работа №7		2

результатов	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время.		
Тема3.2.Военно-прикладная физическая подготовка	**Содержание учебного материала**		
	1.	Строевая подготовка.	
	2.	Строевые приемы, навыки четкого и слаженного выполнения совместных действий в строю.	
	Практическое занятие №9 Выполнение основных приемов строевой подготовки.		8
	Самостоятельная работа №8 Выполнение физических упражнений.		
		Дифференцированный зачет	2
Консультации			
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета			
Тематика курсовой работы (проекта) *(если предусмотрена)*			
Курсовая работа (проект) *(если предусмотрена)*			
Объем образовательной нагрузки			**174**

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия универсального спортивного зала, зала аэробики или тренажерного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Спортивное оборудование: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, оборудование для силовых упражнений (например: гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары); оборудование для занятий аэробикой (например, степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики, фитболы), гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания; оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

Для занятий лыжным спортом: лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками; учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази).

Для военно-прикладной подготовки: полоса препятствий, татами или маты для проведения занятий борьбой, рукопашным боем.

Технические средства обучения: музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений. Электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

3.2. Информационное обеспечение

Основные источники

1. Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь [Текст]: учеб. для вузов / Г.С. Ильинич. – М.: Гардарики, 2013. – 366 с.

2. Туманян, Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование [Текст]: учеб. для вузов / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 336 с.

3. .Мишин, Б.И. Настольная книга учителя физической культуры. [Текст]: Б.И. Мишин – М.: Издательский центр «Академия» 2011. – 204 с.

4. Решетников, Н.В., Физическая культура [Текст]: учеб. для средних специальных учебных заведений 2-е изд / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын. – М.: Высш. Образование, 2012. – 167с.

Дополнительные источники

1. Гриднев,В.А. Аэробика – идеальная фигура [Текст]: метод, пособие / В.А. Гриднев, В.П. Шибкова, О.В. Кольцова. - Тамбов Изд-во Тамбовский гос. техникум, 2008. – 44с.

2. Бартош О.В. Сила и основы методики воспитания [Текст]: метод. рекомендации / О.В. Бартош. – Владивосток.: Изд-во МГУ им. Адм.Г.И. Невельского, 2009. – 47 с.

3. Боровских В.И. Физическая культура и самообразование учащихся средних учебных заведений [Текст]: метод. рекомендации. - М.: Маркетинг, 2016. - 159 с.

4. Черенкова С.Л. Физическая культура: самостоятельные занятия [Текст]: / С.Л. Черенкова. – Брянск: БГТУ, 2012. – 205 с.

5. Белов, В.И., Михайлович, Ф.Ф. Валеология: здоровье, молодость, красота, долголетия / [Текст]: В.И. Белов, Ф.Ф. Михайлович.- М., 2000. – 111 с.

6. Жуков, М.Н. Подвижные игры / [Текст]: М.Н. Жуков – М., 2002. – 142 с.

7. Приказ Минобразования России «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего образования» от 1 дек. 1999 г. № 1025

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Код ОК, ПК**	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения** [1]
умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08 ПК 1.1.-1.4. ПК 2.1.-2.8. ПК 3.1.-3.6. ПК 4.1.-4.5. ПК 5.1.- 5.5.	оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): бега на короткие, средние, длинные дистанции, прыжков в длину. -спортивные игры: 1.оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование); 2. оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм; -аэробика (девушки): оценка техники выполнения комбинаций и связок; -атлетическая гимнастика (юноши):

[1] *Технические диктанты, проверка результатов практических работ, экспертная оценка выполненных работ, защита самостоятельной работы по теме, проверка отчетов по самостоятельной работе, оценка результатов контрольных работ, проверка и оценка заданий самостоятельной работы, экспертная оценка контрольной графической работы, др.*

		.оценка техники выполнения упражнений на тренажерах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями; -лыжная подготовка: .оценка техники передвижения на лыжах различными ходами, техники выполнения поворотов, торможения, спусков и подъемов
умеет выполнять задания, связанные с самостоятельной разработкой, подготовкой, проведением студентом занятий или фрагментов занятий по изучаемым видам спорта	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08 ПК 1.1.-1.4. ПК 2.1.-2.8. ПК 3.1.-3.6. ПК 4.1.-4.5. ПК 5.1.- 5.5.	оценка самостоятельного проведения студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами
знает о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08 ПК 1.1.-1.4. ПК 2.1.-2.8. ПК 3.1.-3.6. ПК 4.1.-4.5. ПК 5.1.- 5.5.	оценка выполнения студентом функций судьи
знает основы здорового образа жизни	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08 ПК 1.1.-1.4. ПК 2.1.-2.8. ПК 3.1.-3.6. ПК 4.1.-4.5. ПК 5.1.- 5.5.	проверка результатов спортивной подготовки для осуществления профессиональной деятельности

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Код формируемых компетенций (ОК)
1.	Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни	12	Самостоятельное проведение студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
2.	Общая физическая подготовка	38	Самостоятельное проведение студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
3.	Легкая атлетика	24	Самостоятельное проведение студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
4.	Спортивные игры	48	Групповая работа	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
5.	Атлетическая гимнастика (юноши)	16	Самостоятельное проведение студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
6.	Лыжная подготовка	16	Самостоятельное проведение студентам фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
7.	Сущность и содержание профессионально	8	Самостоятельное проведение студентам	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06,

	прикладной физической подготовки (ППФП) в достижении высоких профессиональных результатов		фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества различными спортивными средствами	ОК 07, ОК 08
8.	Военно- прикладная физическая подготовка	8	Групповая работа	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08