

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Федорова Марина Владимировна  
Должность: Директор филиала  
Дата подписания: 20.08.2024 15:54:37  
Уникальный программный ключ:  
e766def0e2eb455f02135d659e45051ac23041da

Приложение  
к ППССЗ по специальности  
09.02.07 Информационные системы  
и программирование

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
для специальности**

**09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И  
ПРОГРАММИРОВАНИЕ  
БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ  
ГОД НАЧАЛА ПОДГОТОВКИ – 2023**

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
5.	ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	16

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУД. 06 Физическая культура**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО \_\_\_\_ 09.02.07 Информационные системы и программирование  
Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями СПО

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППСЗ:**

Учебная дисциплина входит в общеобразовательный цикл

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.
- выполнять приемы защиты и самообороны страховки и самостраховки.
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
  - повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья.
  - подготовка к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных силах Российской Федерации.
  - организация и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участие в массовых спортивных мероприятиях.
  - активной творческой деятельности, выбора и формирование здорового

образа жизни.

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

знать:

- влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья

профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек.

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

- правила и способы планирования системы индивидуальных физическими упражнениями различной направленности.

В рамках программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов (дескрипторов):

**Лр9** Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.

Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

**ЛР19** Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.

**ЛР21** Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.

**ЛР22** Приобретение навыков общения и самоуправления.

**1.4. Количество часов на освоении рабочей программы учебной дисциплины в соответствии с учебным планом:** максимальной учебной нагрузки обучающегося – 117 часов



## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>117</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>117</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>109</i>
Лекционные занятия	<i>8</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета 2 семестр</i>	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практическая работа и самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Общетеоретические сведения</b>	<b>8</b>	
Тема 1.1 <b>Теоретическое занятие. Основы здорового образа жизни. История развития Олимпийского движения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>  Основные понятия здорового образа жизни: здоровье, образ, уровень, качество и стиль жизни; дееспособность, трудоспособность; саморегуляция; самонаблюдение, самооценка; установка. Провести инструктаж по ТБ перед началом занятий, во время занятий, после окончания занятий. История развития Олимпийского движения: основоположники, традиции, программа олимпиад	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 1.2 <b>Теоретическое занятие. Физические способности человека и их развитие</b>	<b>Содержание учебного материала</b>  Основные понятия физических способностей человека и их развитие: физические способности (качества), методические принципы, коррекция телосложения и функциональной подготовленности, развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ ИОТ-013.	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 1.3 <b>Теоретическое занятие. Основы физической и спортивной подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <b>1.Основы физической и спортивной подготовки: общая и специальная физическая подготовка, спортивная тренировка, тренированность, двигательные умения и навыки, объем и интенсивность занятий, разминка и вработывание</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 1.4	<b>Содержание учебного материала</b>		

Теоретическое занятие. Профессионально-прикладная физическая подготовка	<b>1.Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Прикладные психофизиологические функции и специальные знания; прикладные умения и навыки; прикладные виды спорта, методы профессионально значимых двигательных навыков, устойчивости к профессиональным заболеваниям».</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 2</b>	<b>Легкая атлетика</b>	<b>36</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
Тема 2.1. Практические занятия Спринтерский бег	Техника спринтерского бега, варианты низкого старта, стартовый разгон, финиширование. Техника эстафетного бега, техника передачи эстафетной палочки.	<b>10</b>	<b>2</b>

Тема 2.2 Кроссовая подготовка	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Техника бега на средние дистанции: высокий старт, финиширование. Техника бега на длинные дистанции	<b>20</b>	<b>2</b>
Тема 2.3. Прыжки	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»: разбег, толчок, полет, приземление	<b>6</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 3</b>	<b>Спортивные игры</b>	<b>40</b>	
Тема 3.1. Волейбол	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Техника игры в нападении: стойки, перемещения, техника владения мячом, передачи мяча, подачи мяча, атакующие удары. 2.Техника игры в защите: перемещения, прием, 3. Тактика игры в нападении: индивидуальные, групповые, командные.	<b>18</b>	<b>2</b>

	4. Тактика игры в защите: индивидуальные, групповые, командные. 5. Организация и проведение соревнований. Правила соревнований и судейство. Выполнение контрольных нормативов.		
<b>Тема 3.2. Баскетбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1 Техника игры в нападении: перемещения, остановки, повороты, ловля мяча, передача мяча, дриблинг, броски 2. Техника игры в защите: стойки, перемещения, вырывание, выбивание, перехваты мяча, противодействия броскам. 3. Тактика игры в нападении: индивидуальные тактические действия игрока с мячом и без мяча, групповые действия, командные действия, 4. Тактика игры в защите: индивидуальные, групповые, командные. 5. Организация и проведения соревнований. Правило соревнований и судейство. Выполнение контрольных нормативов.	<b>22</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 4</b>	<b>Атлетическая гимнастика</b>	<b>11</b>	
<b>Тема 4.1. Элементы атлетической гимнастики (оздоровительное направление)</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Техника выполнения комбинированного варианта комплекса упражнений атлетической гимнастики. 2. Техника выполнения комплексов атлетической гимнастики: для развития силы и увеличения мышечной массы.	<b>11</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 5</b>	<b>Лыжная подготовка</b>	<b>22</b>	
<b>Тема 5.1 Лыжная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Попеременный двухшажный ход, одновременные ходы. Передвижение по пересеченной местности. Прохождение дистанции до 5 км. (девушки), до 10 км. (юноши).	<b>22</b>	<b>2</b>

	Всего:	<b>117</b>	
--	--------	------------	--

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)

### **3. УСЛОВИЯ И РЕАЛИЗАЦИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение реализации учебной дисциплины:**

Для реализации учебной дисциплины имеется:

Спортивный зал, малый спортивный зал, тренажёрный зал, теннисный зал, стадион, раздевалки.

Спортивное оборудование:

Волейбольные сетки, мячи, столы теннисные, ракетки для тенниса, штанга с отягощениями, гантели, тренажеры, перекладина, шведская лестница, секундомеры, электронное табло с пультом управления, лыжи, ботинки, палки, лыжные мази, стрелковый тир, полоса препятствий.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### **3.2.1 Список используемой литературы**

Основная литература:

1. Виленский, М. Я. Физическая культура : учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – 3-е изд., стер. – Москва : КноРус, 2018. – 214 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-07424-4. – Текст : электронный. – Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://book.ru/book/932719> – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.
2. Кузнецов, В. С. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва : КноРус, 2019. – 448 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-07304-9. – Текст : электронный. // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://book.ru/book/932248> – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.
3. Кузнецов, В. С. Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – 3-е изд., испр. – Москва : КноРус, 2018. – 256 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-07522-7. – Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://book.ru/book/932718> – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

Дополнительная литература:

1. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / И. С. Барчуков. – 5-е изд., стер. – Москва : КноРус, 2019. – 366 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-06683-6. – Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://book.ru/book/931285> – Режим доступа: для зарегистр. пользователей

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.

Результаты обучения ( освоенные умения, усвоенные знания и компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;</li> <li>- основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;</li> <li>- основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p>ОК.2 – организовать собственную деятельность, выбрать методы и способы выполнения профессиональных задач, оценить их эффективность и качество.</p>	<p>Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.</p> <p>Владеть технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержание работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p> <p>Владеть основными способами самоконтроля, индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности</p> <p>Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, для достижения жизненных и профессиональных целей</p>	<p>Формы контроля обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические задания по работе с информацией</li> <li>- домашние задания проблемного характера</li> <li>- ведение календаря самонаблюдения.</li> </ul> <p>Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий (занятий) с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха</p> <p>Методы оценки результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка;</li> <li>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка;</li> <li>- тестирование в контрольных точках.</li> </ul> <p><b>Лёгкая атлетика.</b></p> <p>Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>бега на короткие, средние, длинные дистанции;</li> <li>прыжков в длину;</li> </ul> <p>Оценка самостоятельного</p>

<p>ОК.3 – принимать решение в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> <p>ОК.6 – работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</p>	<p>Самостоятельно решать поставленные задачи в конкретных ситуациях</p> <p>Работа в коллективе и команде, обеспечивая их сплочение</p>	<p>проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами лёгкой атлетики.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование)</p> <p>Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм</p> <p>Оценка выполнения студентом функций судьи.</p> <p>Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр.</p> <p><b>Атлетическая гимнастика (юноши)</b> Оценка техники выполнения упражнений на тренажёрах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями.</p> <p>Самостоятельное проведение фрагмента занятия или занятия.</p> <p><b>Лыжная подготовка.</b> Оценка техники передвижения на лыжах различными ходами, техники выполнения поворотов, торможения, спусков и подъёмов.</p> <p>Кроссовая подготовка. Оценка техники пролегания дистанции до 5 км без учёта времени.</p> <p>Оценка уровня развития физических качеств занимающихся</p>
---	--	---

		<p>наиболее целесообразно проводить по приросту к исходным показателям.</p> <p>Для этого организуется тестирование в контрольных точках:</p> <p>На входе - начало учебного года, семестра;</p> <p>На выходе - в конце учебного года, семестра, изучения темы программы.</p> <p>Тесты по ППФП разрабатываются применительно к укрупнённой группе специальностей/ профессий.</p> <p>Для оценки военно-прикладной физической подготовки проводится оценка техники изученных двигательных действий отдельно по видам подготовки: строевой, физической огневой.</p> <p>Проводится оценка уровня развития выносливости и силовых способностей по приросту к исходным показателям.</p>
--	--	---

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

5.1 Фронтальный метод, поточный метод, посменный метод.

## Приложение 1

### Оценка уровня физической подготовленности юношей основного и подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3000 м (мин.сек.)	12.30	14.00	б/вр
2.Бег на лыжах 5 км (мин.сек)	25.50	27.20	б/вр
3.Прыжов в длину с места (см)	230	210	190
4.Подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
5.Отжимание на брусьях (количество раз )	12	9	7
6.Поднос ног до касания перекладине (количество раз)	7	5	3
7.Челночный бег 3x10 (сек ) 4x9 (сек)	7,3 9,8	8,0 10,2	8,3 10,5
8.Приседание на одной ноге с опорой о стену(кол-во раз на каждой ноге )	10	8	5
9.Плавание 50 м (мин,сек)	45	52	б/вр
10.Бросок набивного мяча 2кг из-за головы (м)	9.5	7.5	6.5
11.Гимнастический комплекс упражнений: - утренняя гимнастика - производственная гимнастика - релаксационная гимнастика (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7.5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования

## Приложения 2

### Оценка уровня физической подготовленности девушек основного и подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценки в баллах		
	5	4	3
1.Бег 2000 м (мин, сек)	11.00	13.00	б/вр
2.Бег на лыжах 3 км (мин.сек)	19.00	21.00	б/вр
3.Прыжки в длину с места (см)	190	175	160
4.Подтягивание на низкой перекладине (кол-во раз)	20	10	5
5.Приседание на одной ноге, опора о стену(кол-во раз на каждой ноге)	8	6	4
6.Челночный бег 3x10 4x9	8.4 11.0	9.3 11.2	9.7 11.6
7.Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы	10.5	6.5	5.0
8.Плавание 50 м (мин.сек)	1.00	1.20	б/вр
9.Гимнастический комплекс упражнений: - утренняя гимнастика - производственная гимнастика -релаксационная гимнастика (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7.5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной физической подготовке разрабатываются кафедрой физического воспитания с учетом специфики профессий ( специальностей ) профессионального образования

Приложение 3

Оценка уровня физических способностей студентов

Юноши

№	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст лет	Оценка		
				5	4	3
1.	Скоростные	Бег 30 м (сек)	16 17	4.4 и выше 4.3	5.1 - 4.8 5.0 – 4.7	5.2 и ниже 5.2
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 (сек)	16 17	7.3 и выше 7.2	8.0 – 7.7 7.9 – 7.5	8.2 и ниже 8.1
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места (см)	16 17	230 и выше 240	195–210 205-220	180 и ниже 190
4.	Выносливость	6-ти минутный бег (мин.сек)	16 17	1 500 и выше 1 500	1300140 0 1300140 0	1 100 и ниже 1 100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя (см)	16 17	15 и выше 15	9 – 12 9 - 12	5 и ниже 5

6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса -юноши, на низкой перекладине -девушку (кол-во раз)	16	11 и выше 12	8 – 9	4 и выше 4
			17		9 - 10	

## Приложение 4

### Девушки

№	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст лет	Оценка		
				5	4	3
1.	Скоростные	Бег 30 м (сек)	16	4.8	5.9 - 5.3	6.1
			17	и выше 4.8	5.9 – 5.3	и ниже 6.1
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 (сек)	16	8.4	9.3 – 8.7	9.7
			17	и выше 8.4	9.3 – 8.7	и ниже 9.6
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места (см)	16	210	170–190	160
			17	и выше 210	170-190	и ниже 160
4.	Выносливость	6-ти минутный бег (мин.сек)	16	1 300	10501200	900
			17	и выше 1 300	10501200	и ниже 900

5.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя (см)	16 17	20 и выше 20	12 – 14 12 - 14	7 и ниже 7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса -юноши, на низкой перекладине -девушку (кол-во раз)	16 17	18 и выше 18	13 – 15 13 - 15	6 и выше 6

Требование к результатам обучения студентов специального  
учебного отделения

- Уметь определять уровень собственного здоровья по тестам.
- Уметь составить и провести с группой комплекс упражнений утренней и производственной гимнастики.
- Овладеть элементами техники движений :релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбе на лыжах, в плавании.
- Уметь составить комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
- Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
- Повышать аэробную выносливость с использованием цикловых видов спорта(кроссовой и лыжной подготовки).
- Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релакса-

ционных упражнений.

- Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
- Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
- Уметь выполнять упражнения:
  - . сгибание и выпрямление рук в упоре лежа(девушки на опоре до 50 см);
  - . подтягивание на перекладине(юноши);
  - . поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
  - . прыжки в длину с места;
  - . бег 100 м.;
  - . бег: юноши - 3 км, девушки - 2 км (без учета времени);
  - . тест Купера – 12-ти минутное передвижение;
  - . плавание – 50 м (без учета времени);
  - . бег на лыжах: юноши – 3 км, девушки 2 км ( без учета времени ).

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Физическая культура» для специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах», автором которой является преподаватель физической культуры В.А.Загубин, составлена на основе Федерального образовательного стандарта, в соответствии с «Рекомендациями по реализации образовательной программы среднего(полного) общего образования, в соответствии с федеральным базисным учебным планом и учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации.

Программа содержит паспорт дисциплины, распределения общего объема часов по видам учебной работы и темам дисциплины, формирует условия реализации программы, формы и методы контроля и критерии оценки результатов освоения с указанием формируемых компетенций.

В паспорте программы учебной дисциплины раскрывается: область применения программы, место дисциплины в структуре основной

профессиональной образовательной программы, ее цели и задачи, рекомендуемое количество часов на освоение программы. В тематическом плане представлены последовательность изучения разделов и тем программы, распределены учебные часы и самостоятельная работа студентов по разделам и темам программы.

Содержание предмета строится по разделам и темам в соответствии с тематическим планом. По каждому разделу приведены практические занятия, виды самостоятельной работы.

Раздел «Условия реализации учебной дисциплины» содержит требования к материально-техническому обеспечению и список основной и дополнительной учебной литературы. В последней части программы «Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины» указаны формы и методы контроля. Содержание программы полностью соответствует Федеральным государственным требованиям к формированию компетенций и результатам освоения умений и знаний.

Рецензент: В.И.Макаров преподаватель физического воспитания  
высшей категории Алатырского технологического колледжа.

#### Рецензия

На рабочую программу дисциплины «Физическая культура» для специальности 09.0203 «Программирование в компьютерных системах», автором которой является преподаватель физической культуры В.А. Загубин, составлена на основе Федерального образовательного стандарта. Она включает в себя паспорт, структуру и содержание, условия реализации программы, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины. В паспорте программы учебной дисциплины раскрывается: область применения программы, место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы, цели и задачи дисциплины, рекомендуемое число часов на освоения программы. В периметром тематическом плане программы представлена последовательность разделов и тем курса физической культуры с распределением учебных часов по аудиторным занятиям и самостоятельной работе студентов.

Раздел «Условия реализации учебной дисциплины» содержит требования к

материально-техническому обеспечению и список основной и дополнительной учебной литературы. В последней части программы «Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины» указаны формы и методы контроля. Содержание программы полностью соответствует Федеральным государственным требованиям к формированию компетенций и результатам освоения умений и знаний.

Рабочая программа составлена методически грамотно, содержание программы полностью соответствует Федеральным государственным требованиям к результатам освоения умений, знаний и формируемых компетенций по данной специальности.

Рецензент: \_\_\_\_\_ Н.А. Мальков преподаватель высшей категории  
Филиала СамГУПС в г. Алатыре