

приложение 2.25
к ОПОП по специальности
49.02.02 Адаптивная физическая культура.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Новосибирской области «Новосибирский профессионально-педагогический колледж»

Разработчик:

Сайлер Е.В., преподаватель

Рассмотрено на заседании кафедры общеобразовательных и гуманитарных дисциплин
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

Руководитель кафедры _____ Е.П.Виниченко
(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04; ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08	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 специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ПК 1.2	вести пропаганду здорового образа жизни среди инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов	технология планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; содержание и значение лечебной физической культуры и массажа в лечении заболеваний и травм; механизмы лечебного воздействия физических упражнений и физиологического воздействия массажа на организм; общие основы лечебной физической культуры; общие основы массажа

	<p>мероприятий; мотивировать инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятиях; составлять комплексы упражнений ЛФК при различных заболеваниях; применять приемы массажа при различных патологиях.</p>	
ПК 1.3	<p>планировать работу судейской коллегии; пользоваться контрольно – измерительными приборами; оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса; определять содержание и проводить занятий для подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью.</p>	<p>основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»; порядок организации и регламент проведения мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья нормативов испытаний (тестов); состав главной судейской коллегии по виду спорта, мероприятия и функции спортивных судей; правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья нормативов испытаний (тестов); содержание и методику проведения занятий для подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью.</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	156
в т.ч. в форме практической подготовки	120
в том числе:	
теоретические занятия (лекции, уроки)	12
практические занятия	120
Самостоятельная работа	12
Консультации	12
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта (1-6 семестр)	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч 1-2 сем.	Объем, акад. ч 3-4 сем	Объем, акад. ч 5-6 сем	Коды компетенций, формирующую которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>			<i>4</i>
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ (12 ч)		4	4	4	
Тема 1.1. Физическая культура общекультурной и профессиональной подготовке студентов	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Инструктаж, входной контроль Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»</p> <p>В том числе практических занятий</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся*</p>	4	2		ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	Содержание учебного материала				

Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля		2	4	ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика (20 ч)		10	6	4	
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий	4		2	
	Практическое занятие. Воспитание общей выносливости. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Низкий старт. Бег 100 м. Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий	6		2	
	Практическое занятие. Воспитание общей выносливости. Техника бега на средние и длинные дистанции.. Бег 2000-3000 м. Воспитание скоростной выносливости. Высокий старт. Бег 500-1000 м. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 2.3.	Содержание учебного материала:				
	В том числе практических занятий		2		

Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий		2		
	Практическое занятие. Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий		2		
	Практическое занятие. Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю); прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Раздел 3. Волейбол (26 ч)		16	6	4	
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Выполнение комплекса упражнений по ОФП				
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 3.4. Верхняя прямая подача.	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий	2			

ОФП	Практическое занятие. Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 3.5.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Тактика игры в защите и нападении	В том числе практических занятий	2	2	2	
	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 3.6.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Основы методики судейства	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Отработка навыков судейства в волейболе				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 3.7.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Контроль выполнения тестов по волейболу	В том числе практических занятий	4	4	2	
	Практическое занятие. Выполнение передачи мяча в парах				
	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам волейбола				
	Практическое занятие. Игра по правилам				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Раздел 4. Баскетбол (30 ч)		14	8	8	
Тема 4.1.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	В том числе практических занятий	2		2	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 4.2.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Передачи мяча. ОФП	В том числе практических занятий	2	2		
		Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса			

	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 4.3. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий	2		2	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий				
	Самостоятельная работа обучающихся* Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног	2		2	
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий	4	2	2	
	Практическое занятие. Игра по упрощенным правилам баскетбола				
	Практическое занятие. Игра по правилам				
Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий				
	Практическое занятие. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся* Практика в судействе соревнований по баскетболу		2		
Раздел 5. Гимнастика (22 ч)		14	4	4	
Тема 5.1. Строевые приемы	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов				
	Самостоятельная работа обучающихся*				

Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Содержание учебного материала				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Отработка техники акробатических упражнений				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 5.3. Упражнения на брусьях. Гиревой спорт	Содержание учебного материала	2			ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
	Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные упражнения, соскоки. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера, комплексы упражнений с гантелями, гириями. Разучивание и выполнение связок на снаряде. ППФП				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие. Разучивание и выполнение упражнений с гириями				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 5.4. Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Содержание учебного материала				
	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих упражнений; основные положения рук, ног, проведение с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ				
	В том числе практических занятий				
	Практическое занятие. Выполнение комплекса ОРУ		2		
	Практическое занятие. Контроль выполнения комплексов ОРУ.		2		
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки.	2		2	
	Практическое занятие. Контроль комбинации на брусьях.	2			
	Практическое занятие. Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ППФП			2	
Самостоятельная работа обучающихся* Составление комплекса общеразвивающих упражнений	2				
Раздел 6. Бадминтон (8 ч)			4	4	ОК 04 ОК 08
Тема.6.1.	Содержание учебного материала				

Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	В том числе практических занятий		2		ПК 1.2 ПК 1.3
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 6.2.	Содержание учебного материала				ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Подачи	В том числе практических занятий		1		
	Практическое занятие. Отработка подач				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 6.3.	Содержание учебного материала:				
Нападающий удар	В том числе практических занятий		1		
	Практическое занятие. Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»				
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Тема 6.4.	Содержание учебного материала				
Судейство соревнований по бадминтону	История возникновения и развития игры. Основные правила игры и судейство соревнований по бадминтону.				
	В том числе практических занятий				
	Практическое занятие. Контроль техники подач, ударов справа, слева			2	
	Практическое занятие. Контроль техники игры: одиночные, парные игры			1	
	Практическое занятие. Игра по правилам			1	
	Самостоятельная работа обучающихся*				
Раздел 7. Настольный теннис (14 ч)		8	4	2	ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Тема 7.1.	Содержание учебного материала				
Настольный теннис	В том числе практических занятий	8	4	2	
	Практическое занятие. Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра. Основные технические приёмы: стойки, способы передвижения, держание ракетки, подачи. Технические приёмы нижнем вращением, с верхним вращением, без вращения мяча. Игра в нападении. Техника защиты.				

		Самостоятельная работа обучающихся*			
Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) (12 ч)		6	4	2	ОК 04 ОК 08 ПК 1.2 ПК 1.3
Тема 8.1.	Содержание учебного материала				
Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	<p>Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП обучающихся с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Задания с профессиональной направленностью для 1-4 групп труда.</p> <p>Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков.</p> <p>Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств.</p> <p>Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности.</p> <p>Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП.</p>				
	В том числе практических занятий				
	Практическое занятие. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда.	2			
	Практическое занятие. Формирование профессионально значимых физических качеств	2			
	Практическое занятие. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста	2			
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов		2		

	Практическое занятие. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп				
	Самостоятельная работа обучающихся* Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности.		2	2	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта (1-6 семестр)		**	**	**	
Консультации (12 ч)		4	4	4	
Всего: 156 ч		76	44	36	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал, оснащенный оборудованными раздевалками; рабочее место преподавателя; комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки);

- *спортивное оборудование*: гимнастическое оборудование; легкоатлетический инвентарь; оборудование и инвентарь для спортивных игр.

- *технические средства обучения*:

компьютер с лицензионным программным обеспечением;

принтер;

музыкальный центр.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд колледжа имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда колледжем выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник [для всех специальностей СПО] /А.А. Бишаева. - [7-изд.,стер.] - Москва: Издательский дом Академия, 2020.-320с.-ISBN 978-5-4468-9406-2 -Текст: непосредственный

3.2.2. Электронные издания

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

2. Конеева, Е. В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535163>

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544814>

3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024.

— 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст :
электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542058>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p><u>Знать:</u> роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности</p>	<p>понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной специальности; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности</p>	<p>Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта</p>
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p><u>Уметь:</u> 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 специальности.</p>	<p>использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.</p>	<p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.</p>