

Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Крым «Красногвардейский агропромышленный техникум
имени Н.И. Скворцова»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД. 09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

2025 г.

Рассмотрено
на заседании предметной
(цикловой) комиссии
общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.
Председатель предметной
(цикловой) комиссии
_____ Э.В. Никонова

Утверждаю
Директор ГБПОУ РК «КАПТ
имени Н.И. Скворцова»
_____ В.М. Рогозянский
«28» августа 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной рабочей программы для профессиональных образовательных организаций ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования» (протокол № 20 от 15 августа 2024 г.), федеральной образовательной программы среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего образования» (группы № 75, 85).

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Красногвардейский агропромышленный техникум имени Н.И. Скворцова».

Разработчик: Макаров Иван Витальевич, преподаватель, специалист.

Содержание

№ п/п		стр.
1.	Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины ОУД. 09 Физическая культура	4
2.	Структура и содержание общеобразовательной дисциплины	9
3.	Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины	15
4.	Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины	17

1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины ОУД. 09 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре профессиональной образовательной программы: Общеобразовательная дисциплина «Физическая культура» входит в общеобразовательный цикл образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО профессии 35.01.26 Мастер растениеводства.

1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

1.2.1. Цели дисциплины:

Содержание программы общеобразовательной дисциплины ОУД. 09 Физическая культура направленно на достижение следующих целей:

- формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья;
- развитие у обучающихся двигательных навыков;
- совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности;
- гармоничное физическое развитие;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста.

1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО.

В рамках освоения программы дисциплины обучающиеся достигают дисциплинарных результатов базового уровня в соответствии с требованиями ФГОС СОО.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 04, ОК 08 по профессии 35.01.26 Мастер растениеводства.

Образовательные результаты ОУД. 09 Физическая культура в соответствии с ФГОС СПО и на основе СОО

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности;	ПРб 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПРб 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и

	Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия: - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем б) базовые исследовательские действия: - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей;	сохранения высокой работоспособности; ПРб 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере.
--	--	---

	- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике.	
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; Овладение универсальными коммуникативными действиями: б) совместная деятельность: - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным Овладение универсальными регулятивными действиями: г) принятие себя и других людей: - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека.	ПРб 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; ПРб 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере.
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и	готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; наличие мотивации к обучению и личностному развитию; В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;	ПРб 1. Умение использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-

поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; Овладения универсальными регулятивными действиями: - самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретённый опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний; - постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.	спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); ПРб 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПРб 3. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; ПРб 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; ПРб 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; ПРб 6. Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
---	--	--

1.2.3. Профессионально - ориентированное содержание учебного материала распределено по разделам 1, 2 в количестве 18 часов:

Раздел 1. Физическая культура как часть культуры общества и человека. Понятие «профессионально-ориентированная физическая культура», цель, задачи, содержательное наполнение. - 1 час.

Раздел 1. Физическая культура как часть культуры общества и человека. Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств. - 1 час.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. Практическое занятие №1 «Освоение методики составления и проведения

комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения». - 1 час.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №2 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности».* - 1 час.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №3 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»».* - 2 часа.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №4 «Применение методов самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности».* - 2 часа.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №5 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности».* - 1 час.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №6 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности».* - 1 час.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №7 «Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение, рабочие движения, функциональные системы, обеспечивающие трудовой процесс, внешние условия или производственные факторы, профессиональные заболевания».* - 4 часа.

Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности. *Практическое занятие №8 «Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики различных групп профессий (первая, вторая, третья, четвертая группы профессий)».* - 4 часа.

2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины ОУД. 09 Физическая культура

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	72
в т.ч.	
теоретическое обучение	2
практические занятия	50
Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	18
теоретическое обучение	2
практические занятия	16
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	2

2.2. Тематический план и содержание дисциплины ОУД. 09 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая культура как часть культуры общества и человека			
Тема 1.1. Современное состояние физической культуры и спорта. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание		
	Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности; соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой		
Тема 1.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала	2	
	Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	2	
	Понятие «профессионально-ориентированная физическая культура», цель, задачи, содержательное наполнение Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности		66	
Тема 2.1. Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	Содержание учебного материала	2	
	Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	2	
	Практическое занятие №1 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения» Практическое занятие №2 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.2. Составление и	Содержание учебного материала	2	

проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	2	
	Практическое занятие №3 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.3. Методы самоконтроля и оценки умственной и физической работоспособности	Содержание учебного материала	2	
	Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	2	
Тема 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач	Практическое занятие №4 «(Применение методов самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности)»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Содержание учебного материала	2	
Тема 2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	2	
	Практическое занятие №5 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будней профессиональной деятельности»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №6 «Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности»		
	Содержание учебного материала	8	
	Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	8	
	Практическое занятие №7 «Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение, рабочие движения, функциональные системы, обеспечивающие трудовой процесс, внешние условия или производственные факторы, профессиональные заболевания»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.6. Основная	Практическое занятие №8 «Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики различных групп профессий (первая, вторая, третья, четвертая группы профессий)»		
	Содержание учебного материала	2	

гимнастика	Практическое занятие №1 «Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №2 «Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах. Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки»		
	Содержание учебного материала	6	
	Практическое занятие №3 «Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на брусках разной высоты (девушки); на параллельных брусьях (юноши)»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.7. Спортивная гимнастика	Практическое занятие №4 «Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на бревне (девушки); на перекладине (юноши)»		
	Практическое занятие №5 «Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня: углом с косого разбега толчком одной ногой (девушки); опорного прыжка через коня: ноги врозь (юноши)»		
	Содержание учебного материала	4	
	Практическое занятие №6 «Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка»»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.8. Акробатика	Практическое занятие №7 «Совершенствование акробатических элементов»		
	Содержание учебного материала	2	
	Практическое занятие №8 «Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение упражнений со свободными весами»		ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №9 «Выполнение упражнений и комплексов упражнений на силовых тренажерах и кардиотренажерах»		
Тема 2.9. Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала	2	
	Практическое занятие №10 «Атлетические единоборства в системе профессионально-двигательной активности: ее цели, задачи, формы организации тренировок занятий. Техника безопасности при занятиях. Специально-		ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.10. Атлетические единоборства			

Тема 2.11. Футбол	подготовительные упражнений для техники самозащиты»»			
	Содержание учебного материала		4	
	Практическое занятие №11 «Техника безопасности на занятиях футболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: удар по мячу носком, серединой подъема, внутренней, внешней частью подъема; остановки мяча внутренней стороной стопы; остановки мяча внутренней стороной стопы в прыжке, остановки мяча подшовой» Практическое занятие №12 «Правила игры и методика судейства. Техника нападения. Действия игрока без мяча: освобождение от опеки противника»			ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.12. Баскетбол	Содержание учебного материала		4	
	Практическое занятие №13 «Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча»			ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.13. Волейбол	Содержание учебного материала		4	
	Практическое занятие №14 «Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: стойки игрока, перемещения, передача мяча, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападение и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении»			ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №15 «Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения»			
Тема 2.15. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		16	
	Практическое занятие №16 «Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования»			ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №17 «Совершенствование техники спринтерского бега»			
	Практическое занятие №18 «Совершенствование техники (кроссового бега, средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши))»			
	Практическое занятие №19 «Совершенствование техники эстафетного бега (4			

	*100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью»		
	Практическое занятие №20 «Совершенствование техники прыжка в длину с разбега»		
	Практическое занятие №21 «Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега»		
	Практическое занятие №22 «Совершенствование техники метания гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши)»		
	Практическое занятие №23 «Развитие физических способностей средствами легкой атлетики Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики»		
	Содержание учебного материала		
Тема 2.16. Базовая физическая подготовка (вариативный модуль)	Практическое занятие №24 «Развитие силовых способностей»	6	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие №25 «Развитие скоростных способностей»		
	Практическое занятие №26 «Развитие выносливости»		
	Практическое занятие №27 «Развитие координации движений»		
	Практическое занятие №28 «Развитие гибкости»		
Промежуточная аттестация (Дифференцированный зачет)		2	
Всего:		72	

3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация учебной дисциплины требует наличия:

- спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения дисциплины;
- оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения дисциплины.

Перечень оборудования и инвентаря спортивных сооружений:

- щит баскетбольный игровой (комплект);
- щит баскетбольный тренировочный;
- кольца баскетбольные;
- мяч баскетбольный №7 массовый;
- мяч баскетбольный №7 для соревнований;
- мяч баскетбольный №5 массовый;
- мяч футбольный №4 массовый;
- насос для накачивания мячей с иглой;
- сетка для хранения мячей;
- конус игровой;
- комплект матов гимнастических №2;
- модуль гимнастический многофункциональный;
- мостик гимнастический подкидной;
- бревно гимнастическое напольное;
- кронштейн навесной для канатов;
- канат для лазания 5м;
- скакалка гимнастическая;
- стойки для прыжков в высоту (комплект);
- граната для метания;
- ядро для толкания;
- перекладина навесная универсальная;
- брусья навесные, снаряд «доска наклонная»;
- горка атлетическая;
- аптечка медицинская;
- сетка заградительная;
- турник уличный;
- брусья уличные;
- рукоход уличный;
- полоса препятствий;
- ворота футбольные;
- сетки для футбольных ворот;
- мячи футбольные;
- сетка для переноса мячей;
- колодки стартовые;
- барьеры для бега;
- стартовые флажки;
- флажки красные и белые;
- палочки эстафетные;
- круг для метания ядра;
- секундомер.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники:

1. **Физическая культура:** учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / А.А. Бишаева. - 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2020. - 320 с.
ISBN 978- 5-4468-9406-2

Дополнительные источники:

1. **Физическая культура. 10-11 классы: учебник** для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2014. - 255 с.: -
ISBN 978- 5-09- 031561-6

4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины

Контроль и оценка раскрываются через усвоенные знания и приобретенные обучающимися умения, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций. Компетенции должны быть соотнесены с предметными результатами. Для контроля и оценки результатов обучения преподаватель выбирает формы и методы с учетом профессионализации обучения по программе дисциплины.

<i>Код и наименование формируемых компетенций</i>	<i>Раздел/Тема</i>	<i>Тип оценочных мероприятий</i>
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Темы 1.1, 1.2. П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4. Темы 2.5 - 2.16.	- составление словаря терминов, либо кроссворда; - защита презентации/доклада-презентации; - выполнение самостоятельной работы; - составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей;
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Темы 1.1,1.2. П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4. Темы 2.5 - 2.16.	- составление профессиограммы; - заполнение дневника самоконтроля; - защита реферата;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Темы 1.1,1.2. П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4. Темы 2.5 - 2.16.	- составление кроссворда; - фронтальный опрос; - контрольное тестирование; - составление комплекса упражнений; - оценивание практической работы; - тестирование; - тестирование (контрольная работа по теории); - демонстрация комплекса ОРУ; - сдача контрольных нормативов; - сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение); - сдача нормативов ГТО; - выполнение упражнений на дифференцированном зачете.