

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Бородин Денис Владимирович
Должность: Директор
Дата подписания: 09.03.2026 22:06:40
Уникальный программный ключ:
30f1ab2544902fc10de9b116b02d0caa5255df82

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЕН.01 МАТЕМАТИКА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Морозова К.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Математика» является обязательной частью математического и общего естественнонаучного учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Математика» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 9. ПК 1.4. - ПК 1.5. ПК 2.4. ПК 3.3. - ПК 3.5.	применять математические методы для решения профессиональных задач; решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий; анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически; выполнять приближенные вычисления; проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований.	понятие множества, отношения между множествами, операции над ними; основные комбинаторные конфигурации; способы вычисления вероятности событий; способы обоснования истинности высказываний; понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; стандартные единицы величин и соотношения между ними; правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; методы математической статистики.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	72
в т.ч. в форме практической подготовки	20
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	54
лекции	28
лабораторно-практические занятия	20
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	6
Самостоятельная работа	18
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Цели и задачи математики. Значение математики в профессиональной деятельности и при освоении основной профессиональной образовательной программы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 1. Элементы линейной алгебры.		14	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Элементы линейной алгебры.	Содержание учебного материала	14	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Матрицы, виды матриц, операции с матрицами: сложение, вычитание, умножение на число, обратная матрица.	2	
	Определители и их вычисление.	2	
	Системы линейных уравнений и их решение по правилу Крамера.	2	
	Обратная матрица, решение систем линейных уравнений матричным методом.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие. Выполнение операций с матрицами.	2	
	Практическое занятие. Вычисление определителей.	2	
	Практическое занятие. Решение систем линейных уравнений разными методами.	2	
Раздел 2. Элементы математической логики.		4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 2.1.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9.,

Высказывания и логические операции над ними.	Понятие высказывания. Элементарные и составные высказывания. Операции над высказываниями (отрицание, конъюнкция, дизъюнкция, импликация и эквиваленция).	2	ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Определение значения истинности высказываний. Построение составных высказываний. Составление таблиц истинности составных высказываний.	2	
Раздел 3. Множества и операции над ними.		4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Понятие множества.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Понятие множества и элемента множества. Виды множеств. Способы задания множеств. Отношения между множествами и их иллюстрация при помощи кругов Эйлера.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Операции над множествами.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Пересечение, объединение и разность множеств, дополнение подмножества. Законы операций и их иллюстрация при помощи кругов Эйлера. Элементы математической логики. Множества и операции над ними.	2	
Раздел 4. Элементы математической статистики, комбинаторики и теории вероятностей.		16	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Элементы комбинаторики.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Понятие комбинаторной задачи. Перестановки. Размещения. Сочетания.	2	
	Формулы комбинаторики. Правила суммы и произведения	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Решение комбинаторных задач.	2	
Тема 4.2. Элементы теории вероятностей.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Понятие вероятности. Классическое, статистическое и геометрическое определения вероятности.	2	
	Типы случайных событий и действия над ними.	2	

	Теоремы о вероятностях. Способы вычислений вероятности событий.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Решение практических задач на нахождение вероятности событий.	2	
Тема 4.3. Элементы статистики.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Предмет математической статистики. Понятие, основная задача и основной метод статистики. Статистическая информация и формы ее представления. Числовые характеристики статистических рядов.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Решение практических задач с применением методов математической статистики (элементарная статистическая обработка информации и результатов исследований).	2	
Раздел 5. Понятие величины и процесс ее измерения.		4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 5.1. Положительная скалярная величина.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Понятие положительной скалярной величины и ее измерения. Натуральное число как общее отношение измеряемой величины и единицы измерения. Свойства однородных скалярных величин. Правила выполнения действий над величинами. Стандартные единицы величин и соотношение между ними. Международная система единиц.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Анализ результатов измерения величин с допустимой погрешностью, представление их графически.	2	
Раздел 6. Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения.		4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 6.1. Правила приближенных вычислений.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ПК 1.4. - ПК 1.5., ПК 2.4., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Приближенные вычисления. Абсолютная и относительная погрешности. Значащие цифры, округление. Действия над приближенными числами: сложение, вычитание, умножение, деление и возведение в степень. Пропорции. Проценты. Нахождение процентного соотношения.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Нахождение абсолютной и относительной погрешностей, округление чисел, действия над приближенными числами, нахождение процентного соотношения, составление пропорций.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Элементы линейной алгебры. 2. Высказывания и логические операции над ними. 3. Понятие множества. 4. Операции над множествами. 5. Элементы комбинаторики. 6. Элементы теории вероятностей. 7. Элементы статистики. 8. Положительная скалярная величина. 9. Правила приближенных вычислений.		18	
Консультации		6	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет математики): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Богомолов, Н. В. Математика : учебник для среднего профессионального образования / Н. В. Богомолов, П. И. Самойленко. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 400 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21352-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581714>

2. Богомолов, Н. В. Практические занятия по математике : учебник для среднего профессионального образования / Н. В. Богомолов. — 11-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 571 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18419-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568915>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Баврин, И. И. Математика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. И. Баврин. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 568 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17016-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561217>

6. Павлюченко, Ю. В. Математика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Ю. В. Павлюченко, Н. Ш. Хассан ; под общей редакцией Ю. В. Павлюченко. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 219 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18367-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560931>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

в виде отчетов, рефератов, выступлений.	типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ЕН.02 ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИОННО-
КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Фадеева Е.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» является обязательной частью математического и общего естественнонаучного учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 12. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности; применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий; создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий; использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть Интернет) для поиска информации, необходимой для решения профессиональных задач.	правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств информационно-коммуникационных технологий; основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых) с помощью современных программных средств; назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	135
в т.ч. в форме практической подготовки	66
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	96
лекции	24
лабораторно-практические занятия	66
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	6
Самостоятельная работа	39
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 4 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Автоматизированные рабочие места для решения профессиональных задач.		8	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Технические средства информационных систем.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Введение. Цели, задачи, предмет изучения дисциплины, её связь с другими дисциплинами. Значение дисциплины для подготовки специалистов в условиях роста информационных потоков и развития информационных технологий. Возможности и ограничения информационных технологий. Технические средства реализации информационных систем. Гигиенические, эргономические и технические условия безопасной эксплуатации компьютера.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Подключение периферийных устройств к ПК.	2	
Тема 1.2. Программное обеспечение. Операционная система ПК.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Программное обеспечение, виды ПО (системное, прикладное, инструментальное). Назначение и состав. Операционная система, назначение, состав ОС, загрузка ОС, системный диск. Современные операционные системы: основные возможности и отличия.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Отработка навыков работы на ПК. Назначение и состав базового программного обеспечения. Современные операционные системы: основные возможности и отличия. Установка на ПК пакета прикладных	2	

	программ по профилю специальности.		
Раздел 2. Технология создания, редактирования, представления информации. Защита информации.		14	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Работа с файлами. Создание и редактирование документов. Различные форматы текстовых файлов (документов). Работа с накопителями информации.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Документ, типы текстовых файлов, редактирование и сохранения документа. Работа с фрагментами текста. Сервисные программы для работы с файлами. Компьютерные вирусы и программные средства для борьбы с компьютерными вирусами. Накопители информации. Flash-носители. Прикладное программное обеспечение: понятие, назначение. Виды прикладных программ: текстовый и графический редакторы, электронные таблицы, системы управления базами данных, WEB-редакторы, браузеры, интегрированные системы делопроизводства, их краткая характеристика. Интегрированный пакет Microsoft Office: назначение, особенности использования.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Работа с файлами: создание, копирование, архивирование, разархивирование, удаление и восстановление. Создание текстового документа в редакторе Microsoft Office. Настройка парольной аутентификации. Организация защиты документов электронного офиса Применение средств антивирусной защиты информации.	2	
Тема 2.2. Форматирование документа. Выбор параметров страницы. Форматирование абзацев. Форматирование символов. Списки. Таблицы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Форматирование символов в документе. Форматирование абзацев в документе. Вставка в документ формул. Вставка и форматирование таблиц.	2	
Тема 2.3. Гипертекст.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8.,
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	

	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Создание гипертекста. Сохранение документов в файлах в различных текстовых форматах.	2	ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.4. Компьютерные словари и системы машинного перевода текстов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Работа с компьютерными словарями и переводчиками (EDictionary, Magic Translator, Promt, Сократ). Перевод текста с использованием системы машинного перевода.	2	
Тема 2.5. Основы информационной и компьютерной безопасности.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Безопасность в информационной среде. Классификация средств защиты. Программно-технический уровень защиты. Защита жесткого диска и создание аварийного загрузочного диска.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Защита файлов и обеспечение доступа к ресурсам ПК. «Безопасность компьютера».	2	
Раздел 3. Технологии сбора, отображения и представления информации.		8	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Классификация информации и ее поиск.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Технология поиска информации. Поиск информации в глобальной сети INTERNET. Поиск профессионально значимой информации в сети Интернет.	2	
Тема 3.2. Организация ввода – вывода информации.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Ввод информации с бумажных носителей. Сканирование текстов. Вывод содержимого файла на печать.	2	
Тема 3.3. Отображение информации с помощью аудио и видео средств.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Аудио- и видеоотображение информации. Аппаратные средства мультимедиа.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Аппаратные	2	

		средства мультимедиа.		
Раздел 4. Технология обработки и преобразования информации.			32	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Профессиональное использование MS Office.	4.1.	Содержание учебного материала	28	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Основы работы текстового редактора MS Word. Создание нового документа и форматирование документа. Создание списков и колонок. Создание и форматирование таблиц. Вставка объектов и рисунков в документ. Оформление фигурного текста. Встроенный графический редактор. Встроенный редактор формул. Сноски и буква. Основы работы табличного процессора MS Excel. Ввод текстовых и числовых данных. Ввод формул. Форматирование данных. Шаблоны, входящие в состав MS Excel. Вычислительные возможности MS Excel. Работа со списками. Поиск и сортировка данных. Фильтрация данных. Связывание данных. Построение диаграмм.	6	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	22	
		Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Оформление текстовых документов в MS Word. Оформление текстовых документов, содержащих таблицы. Создание комплексных документов в текстовом редакторе. Оформление формул редактором MS Equation. Организационные диаграммы в MS Word. Оформление деловой корреспонденции. Рассылка документов. Организация расчетов в табличном процессоре MS Excel. Создание электронной книги. Относительная и абсолютная адресация в MS Excel. Связывание таблицы. Расчет промежуточных итогов в таблицах MS Excel. Связи между файлами и консолидация данных в MS Excel. Экономические расчеты в MS Excel (компьютерная симуляция). Комплексное использование приложений Microsoft Office для создания документов.	22	
Тема 4.2. Растровая и векторная графика.		Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
		Растровые и векторные графические редакторы, достоинства и недостатки, область применения. Форматы растровых и векторных	2	

		изображений.		ПК 3.1. - ПК 3.5.
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
		Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Растровая и векторная графика. Работа с растровыми изображениями. Работа с векторными изображениями.	2	
Раздел 5. Технология хранения, поиска и сортировки информации.			6	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 5.1. База данных.		Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Организация системы управления БД. Обобщенная технология работы с БД. Выбор СУБД для создания системы автоматизации. Основы работы СУБД MS Access. Таблицы. Запросы. Формы. Отчеты.	2	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
		Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Создание таблиц БД с помощью конструктора и мастера таблиц в MS Access. Редактирование и модификация таблиц базы данных в СУБД MS Access. Создание пользовательских форм для ввода данных в СУБД MS Access. Работа с данными с использованием запросов в СУБД MS Access. Создание отчетов в СУБД MS Access. Создание подчиненных форм в СУБД MS Access. Создание базы данных и работа с данными в СУБД MS Access.	4	
Раздел 6. Мультимедийные технологии.			14	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 6.1. Компьютерные презентации.		Содержание учебного материала	14	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Компьютерные презентации. Мультимедиа технология. Создание презентации. Оформление презентации. Дизайн презентации и макеты слайдов. Ознакомление с окном презентации и основными элементами. Современные способы организации презентаций. Использование анимации в презентации. Показ презентации.	2	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
		Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Разработка презентаций. Создание проекта учебной презентации «Знакомимся с	4	

	компьютером».		
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Создание презентации «Глобальная компьютерная сеть Интернет». Настройка анимации.	4	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Создание презентации «Области применения компьютерных технологий». Создание на каждом слайде кнопки перехода на следующий слайд и возврата на предыдущий.	4	
Раздел 7. Локальные и глобальные компьютерные сети.		8	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 7.1. Компьютерные сети. Подключение к локальной сети и сети Интернет.	Содержание учебного материала	8	ОК 1. - ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Компьютерные сети: основные понятия, назначение. Локальные сети. Сетевое оборудование. Сетевые программные средства. Технология подключения к сетям. Принципы сетевой безопасности. Совместимость оборудования по разным характеристикам и обеспечение совместимости информационного обеспечения (программ и данных). Интернет: понятие, назначение. Виды сетей и сервисов. Глобальная сеть INTERNET. Подключение к Интернет. Управление загрузкой. Работа в среде браузера Internet Explorer. Использование Интернет для поиска профессиональной информации. Электронная почта: понятие, назначение, создание и отправка своих сообщений, получение почты.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Технология подключения к сетям.	2	
	Лабораторное занятие. Отработка навыков работы на ПК. Электронная почта. Поиск информации по профилю специальности в Интернете.	4	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Технические средства информационных систем. 2. Программное обеспечение. Операционная система ПК. 3. Работа с файлами. Создание и редактирование документов. Различные форматы текстовых файлов (документов). Работа с накопителями информации. 4. Форматирование документа. Выбор параметров страницы. Форматирование абзацев. Форматирование символов. Списки. Таблицы.		39	

5. Гипертекст.		
6. Компьютерные словари и системы машинного перевода текстов.		
7. Основы информационной и компьютерной безопасности.		
8. Классификация информации и ее поиск.		
9. Организация ввода – вывода информации.		
10. Отображение информации с помощью аудио и видео средств.		
11. Профессиональное использование MS Office.		
12. Растровая и векторная графика.		
13. База данных.		
14. Компьютерные презентации.		
15. Компьютерные сети. Подключение к локальной сети и сети Интернет.		
Консультации	6	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	135	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет информатики): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); персональные компьютеры обучающихся; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security, 1С:Предприятие, 1С:Бухгалтерия, 1С:Склад, СПС Консультант Плюс.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Гаврилов, М. В. Информатика и информационные технологии : учебник для среднего профессионального образования / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 319 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20333-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560669>

2. Федотова, Е. Л. Информационные технологии в профессиональной деятельности : учебное пособие / Е.Л. Федотова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2025. — 367 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0752-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2166193>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>

4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Куприянов, Д. В. Информационное обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. В. Куприянов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 236 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20826-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/558828>

6. Советов, Б. Я. Информационные технологии : учебник для среднего профессионального образования / Б. Я. Советов, В. В. Цехановский. — 8-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20053-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560670>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

спортсменов.		
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать	Задания открытого типа 1-5.	

обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Куршина Т.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы философии» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Основы философии» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 11. ПК 2.2. ПК 3.3. - ПК 3.5.	ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста	основные категории и понятия философии; роль философии в жизни человека и общества; основы философского учения о бытии; сущность процесса познания; основы научной, философской и религиозной картин мира; об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды; о социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	68
в т.ч. в форме практической подготовки	10
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	48
лекции	38
лабораторно-практические занятия	10
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	20
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет философии и ее история.		22	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Основные понятия и предмет философии.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Становление философии из мифологии. Характерные черты философии: понятийность, логичность, дискурсивность. Предмет и определение философии.	1	
	Функции философии. Основной вопрос и основные направления философии.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Философия Древнего мира и средневековая философия.	Содержание учебного материала	8	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Предпосылки философии в Древнем мире (Китай и Индия).	2	
	Становление философии в Древней Греции. Философские школы. Сократ. Платон. Аристотель.	2	
	Философия Древнего Рима. Средневековая философия: патристика и схоластика.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Философия в Древнем мире (Китай и Индия).	1	
	Практическое занятие. Становление философии в Древней Греции.	1	
Тема 1.3. Философия Возрождения и Нового времени.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Гуманизм и антропоцентризм эпохи Возрождения. Особенности философии Нового времени: рационализм и эмпиризм в теории познания.	4	
	Немецкая классическая философия. Философия позитивизма и эволюционизма.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Характерные черты философии эпохи	1	

	Возрождения и Нового времени.		
	Практическое занятие. Немецкая классическая философия.	1	
Тема 1.4. Современная философия. Русская философия.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Специфика философии конца XIX-XX вв. Основные направления философии XX века: неопозитивизм, прагматизм, экзистенциализм, психоанализ. Философия постмодерна.	2	
	Особенности русской философии. Этапы русской философии. Русская идея.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Основные идеи современной западной философии.	1	
	Практическое занятие. Особенности русской философии.	1	
Раздел 2. Структура и основные направления философии.		24	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Этапы, методы и внутреннее строение философии.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Этапы философии: античный, средневековый, Нового времени, XX века. Основные картины мира – философская (античность), религиозная (Средневековье), научная (Новое время, XX век).	2	
	Методы философии: формально-логический, диалектический, прагматический, системный, и др. Строение философии и ее основные направления.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.2. Учение о бытии и теория познания.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Онтология – учение о бытии. Происхождение и устройство мира. Современные онтологические представления. Пространство, время, причинность, целесообразность.	2	
	Гносеология – учение о познании. Соотношение абсолютной и относительной истины. Соотношение философской, религиозной и научной истин. Особенности научного познания.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Философское осмысление бытия (онтология) и гносеология.	2	
Тема 2.3. Этика и социальная философия.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Общезначимость этики. Добродетель, удовольствие или преодоление страданий как высшая цель. Религиозная этика. Свобода и	4	

	ответственность. Насилие и активное непротивление злу. Этические проблемы, связанные с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий. Влияние природы на общество. Этика в профессиональной деятельности.		
	Социальная структура общества. Типы общества. Формы развитие общества: ненаправленная динамика, цикличное развитие, эволюционное развитие. Философия и глобальные проблемы современности.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Философская антропология и аксиология.	2	
Тема 2.4. Место философии в духовной культуре и ее значение.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Философия как рациональная отрасль духовной культуры. Сходство и отличие философии от искусства, религии, науки и идеологии.	2	
	Структура философского творчества. Типы философствования. Философия и мировоззрение. Философия и смысл жизни. Философия как учение о целостной личности. Роль философии в современном мире. Будущее философии. Место философии в профессиональной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Основные понятия и предмет философии. 2. Философия Древнего мира и средневековая философия. 3. Философия Возрождения и Нового времени. 4. Современная философия. Русская философия. 5. Этапы, методы и внутреннее строение философии. 6. Учение о бытии и теория познания. 7. Этика и социальная философия. 8. Место философии в духовной культуре и ее значение.		20	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		68	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет социально-гуманитарных дисциплин): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет: аудиторная и библиотечная мебель; учебная и художественная литература, периодические издания; персональные компьютеры с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, включая электронные библиотечные системы.

Актный зал: кресла мягкие, вокальные микрофоны, кондиционеры, звукоусиливающая аппаратура с комплектом акустических систем, мультимедийный проектор, экран, телевизоры, пианино, синтезатор, микшерный пульт, усилители, радиомикрофоны, микрофонные стойки, барабанная установка, аудиосистема, световые прожекторы, динамический свет.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Ивин, А. А. Основы философии : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Ивин, И. П. Никитина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 478 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02437-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537036>
2. Спиркин, А. Г. Основы философии : учебник для среднего профессионального образования / А. Г. Спиркин. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 394 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00811-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536637>

3.2.2 Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Стрельник, О. Н. Основы философии : учебник для среднего профессионального образования / О. Н. Стрельник. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 312 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04151-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535490>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.02 ИСТОРИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Куршина Т.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «История» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «История» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 9. ОК 11. ПК 2.2. ПК 3.3. - ПК 3.4.	ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире; выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем.	основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв); сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI вв.; основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира; назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности; о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций; содержание и назначение важнейших законодательных и иных нормативных правовых актов мирового и регионального значения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	68
в т.ч. в форме практической подготовки	10
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	48
лекции	38
лабораторно-практические занятия	10
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	20
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Россия и мир в конце XX – начале XXI вв.		14	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 1.1. Мир на пороге XXI века.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Социально-экономические и социально-культурные процессы современного развития мировой цивилизации; глобальный масштаб изменений, произошедший в мире на рубеже XX - XXI веков.	1	
	Положение в современном мире стран Запада, России, государств «третьего мира», проблемы характерные для развития этих стран.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Распад СССР и его последствия.	2	
Тема 1.2. Современная мировая цивилизация: новые проблемы на рубеже тысячелетий.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Военная и экологическая угроза человечеству. Ядерное и обычное оружие: проблема распространения и применения. Проблема ресурсов и загрязнения биосферы.	1	
	Сущность и значимость будущей профессии в условиях глобализации.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Международная безопасность: Россия и политические вызовы современности.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Проблемы нового миропорядка. Российская Федерация и международная безопасность. Международная безопасность и геополитика. Национальная безопасность.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Международная безопасность: Россия и политические вызовы современности.	2	
Тема 1.4.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9.,

Международные отношения в конце XX-XXI века.	Формирование новой системы международных отношений. Новая политическая карта мира. Глобальная демократическая волна. Глобальный экономический организм. Новые параметры военной безопасности. Космополитизация мировой политики.	2	ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Военный фактор в современных международных отношениях. Стратегический паритет и контроль над вооружениями. Роль военной силы в мировой политике после краха коммунистической системы в Европе.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Сущность и причины локальных и региональных межгосударственных конфликтов в конце XX начале XXI вв.		10	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 2.1. Политические конфликты.	Содержание учебного материала	5	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Сущность политических конфликтов и их типология. Локальные, региональные, межгосударственные, глобальные конфликты. Военный конфликт как особая форма политического конфликта.	2	
	Общественная суть и особенности международного конфликта. Типы международных конфликтов. Понятие, виды и особенности межгосударственных конфликтов.	1	
	Влияние политической обстановки на сферу профессиональной деятельности.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие. Локальные, региональные и межгосударственные конфликты.	1	
Тема 2.2. Национализм, сепаратизм, экстремизм.	Содержание учебного материала	5	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Национализм - как идеология. Многозначность понятия «национализм» в русском языке. Национализм (типология). Гражданский национализм. Этнический национализм. Крайний национализм. История национализма. Подходы к изучению национализма. Национализм и культура. Национализм в мире.	2	
	Сепаратизм - политика и практика обособления. Военно-идеологический сепаратизм. Интеллектуальный сепаратизм. Молодой сепаратизм. Маргинальный сепаратизм. Влияние сепаратизма на «большую	1	

		политику».		
		Проблема определения понятия экстремизм. Основные принципы противодействия экстремистской деятельности. Основные направления противодействия экстремистской деятельности. Международное сотрудничество в области борьбы с экстремизмом.	1	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1	
		Практическое занятие. «Поликультурность» и экстремистские движения.	1	
Раздел 3. Основные процессы политического развития ведущих государств и регионов мира.			8	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 3.1. Формирование новой системы	Содержание учебного материала		2	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Окончание холодной войны в Европе. Поиск механизмов управления ситуацией. Основные дилеммы формирования новой Европы. Институционализация и преобразование СБСЕ в ОБСЕ. Процессы трансформации в ЦВЕ. Европейский союз: углубление и расширение интеграции. НАТО: адаптация и расширение. Основные контуры будущей системы отношений в Европе. Институционализация отношений России с европейскими организациями.		2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		-	
Тема 3.2. Внешнеполитическая стратегия США после холодной войны.	Содержание учебного материала		2	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Альтернативные концепции. Контуры новой глобальной стратегии. Мир по-американски.		2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		-	
Тема 3.3. Международные отношения в Азии.	Содержание учебного материала		3	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Новая роль Китая. Решение проблемы Гонконга. Территориальные споры в зоне Южно-Китайского моря. Эволюция союза США с Японией. «Ядерная тревога» 1993г. В Корее. Положение в Индокитае. Нормализация обстановки вокруг Вьетнама.		2	
	Политика России в регионе. Отношения с Китаем. Тумганский проект. Российско-японские отношения. Россия и положение в Корее.		1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		-	
Тема 3.4.	Содержание учебного материала		1	ОК 1. - ОК 9.,

Международные отношения на Ближнем и Среднем Востоке.	Кувейтский кризис и война в Заливе. Палестинская проблема и ближневосточное мирное урегулирование. Развитие исламского движения на Ближнем Востоке.	1	ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 4. Назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций.		8	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 4.1. Международные организации.	Содержание учебного материала	8	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Международная организация как постоянное объединение, которое создается на основе соглашения международного характера. Цель объединения. Виды международных организаций. Классификации по роду деятельности, по характеру полномочий, по кругу участников, международные клубы и т. д.	1	
	ООН. Общие сведения. Структура ООН. Устав и история ООН. Страны ООН. Символы ООН. Организация Североатлантического договора. Главной целью создания НАТО. Стратегическая концепция НАТО, программа "Партнерство во имя мира". Европейский Союз (ЕС). Основные органы ЕС.	1	
	Всемирная торговая организация (ВТО). Всемирный фонд охраны дикой природы. Гринпис. Организация по безопасности и сотрудничеству в Европе (ОБСЕ). Организация стран-экспортеров нефти (ОПЕК). Содружество Независимых Государств (СНГ).	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Назначение международных организаций (ЕС и НАТО).	2	
	Практическое занятие. Россия и Содружество Независимых Государств.	2	
Раздел 5. Культура во второй половине XX – начале XXI вв.		4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 5.1. Роль науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных границ.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Духовная культура в эпоху научно-технического прогресса. Искусство мыслей и чувств. Диалог культур.	2	
	Основные тенденции развития культуры России. В поисках новых духовных и нравственных идеалов. Динамика культурной жизни. Становление ноосферы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

Раздел 6. Содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения.		4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
Тема 6.1. Важнейшие законодательные акты мирового и регионального значения.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 2.2., ПК 3.3. - ПК 3.4.
	Договор между СССР и США о сокращении и ограничении стратегических наступательных вооружений (договор СНВ-1, ОСВ-2). Договоренность между президентами РФ и США о дальнейших существенных сокращениях стратегических наступательных вооружений («рамочная договоренность»). Договора о нераспространении ядерного оружия».	2	
	Договор об обычных вооруженных силах в Европе (ДОВСЕ). Договор о запрещении испытаний ядерного оружия в атмосфере, космическом пространстве и под водой.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Мир на пороге XXI века. 2. Современная мировая цивилизация: новые проблемы на рубеже тысячелетий. 3. Международная безопасность: Россия и политические вызовы современности. 4. Международные отношения в конце XX-XXI века. 5. Политические конфликты. 6. Национализм, сепаратизм, экстремизм. 7. Формирование новой системы 8. Внешнеполитическая стратегия США после холодной войны. 9. Международные отношения в Азии. 10. Международные отношения на Ближнем и Среднем Востоке. 11. Международные организации. 12. Роль науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных границ. 13. Важнейшие законодательные акты мирового и регионального значения.		20	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет социально-гуманитарных дисциплин): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет: аудиторная и библиотечная мебель; учебная и художественная литература, периодические издания; персональные компьютеры с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, включая электронные библиотечные системы.

Актный зал: кресла мягкие, вокальные микрофоны, кондиционеры, звукоусиливающая аппаратура с комплектом акустических систем, мультимедийный проектор, экран, телевизоры, пианино, синтезатор, микшерный пульт, усилители, радиомикрофоны, микрофонные стойки, барабанная установка, аудиосистема, световые прожекторы, динамический свет.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Прядеин, В. С. История России в схемах, таблицах, терминах : учебник для среднего профессионального образования / В. С. Прядеин ; под научной редакцией В. М. Кириллова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 107 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05440-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564209>

2. Зуев, М. Н. История России XX - начала XXI века : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Зуев, С. Я. Лавренов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 347 с. — (Профессиональное образование).

— ISBN 978-5-534-17067-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581289>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. История России : учебник и практикум для среднего профессионального образования / под редакцией К. А. Соловьева. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 234 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15877-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581219>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.03 ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Белых С.Г., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология общения» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Психология общения» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 9. ОК 11. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности; использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.	взаимосвязь общения и деятельности; цели, функции, виды и уровни общения; роли и ролевые ожидания в общении; виды социальных взаимодействий; механизмы взаимопонимания в общении; техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; этические принципы общения; источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	72
в т.ч. в форме практической подготовки	16
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	52
лекции	32
лабораторно-практические занятия	16
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	20
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 5 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение.	Содержание учебного материала	2	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Назначение учебной дисциплины «Психология общения». Основные понятия. Требования к изучаемой дисциплине. Роль общения в профессиональной деятельности человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 1. Основы межличностного и профессионального общения.		28	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Общение – основа человеческого бытия.	Содержание учебного материала	8	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Общение в системе межличностных и общественных отношений. Социальная роль. Классификация общения. Виды, функции общения. Структура и средства общения. Визуальные средства общения. Акустические средства общения. Тактильно-кинестетические средства общения. Ольфакторные средства общения. Виды акустических средств. Виды стратегического общения: открытое и закрытое; монологическое и диалогическое; ролевое и личностное. Виды тактик общения: формальное, неформальное, примитивное, деловое, духовное, межличностное, манипулятивное, светское.	2	
	Единство общения и деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Общение в профессиональной деятельности.	2	
	Практическое занятие. Диагностика по теме «Общение». Составление плана действий по коррекции результатов, мешающих эффективному общению.	2	

Тема 1.2. Общение как восприятие людьми друг друга (перцептивная сторона общения).	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие социальной перцепции. Психологические механизмы восприятия. Понятие каузальной атрибуции. Искажение в процессе восприятия. Факторы, оказывающие влияние на восприятие. Межличностная аттракция. Искажение в процессе восприятия.	2	
	Психологические механизмы восприятия. Влияние имиджа на восприятие человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Эффекты и ошибки восприятия. Тренинг «Учимся взаимопониманию».	2	
Тема 1.3. Общение как взаимодействие (интерактивная сторона общения).	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Трансактная модель общения. Теория трансактного анализа Э. Берна. Три позиции человека: родитель, взрослый, ребёнок. Типы взаимодействия: кооперация и конкуренция. Позиции взаимодействия в русле трансактного анализа. Ориентация на понимание и ориентация на контроль. Взаимодействие как организация совместной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Взаимосвязь жизненного сценария и общения. Построение схем общения с точки зрения позиций: родитель, взрослый, ребёнок.	2	
Тема 1.4. Общение как обмен информацией (коммуникативная сторона общения).	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основные элементы коммуникации. Вербальная коммуникация. Коммуникативные барьеры. Невербальная коммуникация. Понятия: речь, язык, жесты, мимика, поза.	2	
	Методы развития коммуникативных способностей. Виды, правила и техники слушания. Толерантность как средство повышения эффективности общения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Психологические аспекты общения. Барьеры в общении. Невербальное общение.	2	
Тема 1.5. Формы делового общения и их характеристики.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Особенности и виды делового общения. Деловое совещание. Основные виды. Переговоры: функции и методы. Публичное выступление.	2	
	Психологические особенности ведения деловых дискуссий и публичных выступлений. Аргументация. Формы постановки вопросов.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		2	
	Лабораторное занятие. Тренинг навыков делового общения. Деловая игра «Переговоры».		2	
Раздел 2. Особенности функционирования коммуникативной культуры в условиях конфликта.			11	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Конфликт, его сущность и основные характеристики. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.	Содержание учебного материала		6	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие конфликтной ситуации и конфликта. Функции конфликта. Виды конфликтов. Причины возникновения конфликтов. Динамика конфликтов. Методы управления конфликтами. Способы разрешения конфликтов.		4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		2	
	Практическое занятие. Диагностика по теме «Конфликт». Стратегии разрешения конфликтов.		2	
Тема 2.2. Эмоциональное реагирование в конфликтах и саморегуляция.	Содержание учебного материала		5	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Особенности эмоционального реагирования в конфликтах. Гнев и агрессия. Разрядка эмоций.		2	
	Правила поведения в конфликтах. Влияние толерантности на разрешение конфликтной ситуации.		2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		1	
	Практическое занятие. Анализ конфликтных ситуаций. Отработка навыков поведения в конфликтах.		1	
Раздел 3. Основы этики делового общения.			5	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Общие сведения об этической культуре общения.	Содержание учебного материала		5	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие: этика и мораль. Категория этики. Нормы морали. Моральные принципы и нормы как основа эффективного общения.		2	
	Деловой этикет в профессиональной деятельности. Основные заповеди и принципы делового этикета. Взаимосвязь делового этикета и этики деловых отношений.		2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		1	

	Практическое занятие. Анализ этических норм в сфере профессиональной деятельности.	1	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Общение – основа человеческого бытия. 2. Общение как восприятие людьми друг друга (перцептивная сторона общения). 3. Общение как взаимодействие (интерактивная сторона общения). 4. Общение как обмен информацией (коммуникативная сторона общения). 5. Формы делового общения и их характеристики. 6. Конфликт, его сущность и основные характеристики. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. 7. Эмоциональное реагирование в конфликтах и саморегуляция. 8. Общие сведения об этической культуре общения		20	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет педагогики и психологии): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Бороздина, Г. В. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина, Н. А. Кормнова ; под общей редакцией Г. В. Бороздиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 392 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16727-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560926>

2. Коноваленко, М. Ю. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Ю. Коноваленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 396 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20162-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/56095>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система

правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Лавриненко, В. Н. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышова ; под редакцией В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 325 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16815-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561031>

6. Садовская, В. С. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. С. Садовская, В. А. Ремизов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 169 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07046-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562065>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно»
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	типа 1-5.
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.

соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.		
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ганьшина И.Н., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Иностранный язык» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Иностранный язык» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 9. ОК 11. ПК 1.1. ПК 1.3. ПК 2.1. ПК 2.3. ПК 3.3. - ПК 3.5.	общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы; переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности; самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас.	лексический (1200 – 1400 лексических единиц) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	198
в т.ч. в форме практической подготовки	190
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	190
лекции	-
лабораторно-практические занятия	190
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	8
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 4,6 семестре, зачет с оценкой в 8 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Использование иностранного языка в повседневной жизни и профессиональной деятельности.		112	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Великобритания.	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Изучение лексического материала по теме. Британский и американский варианты английского языка.	-	
	Грамматика: Настоящее простое время. Глагол to be. Глагол to have. оборот have got. Настоящее простое время смысловых глаголов. Утвердительные, вопросительные, отрицательные предложения. Главные члены предложения. Второстепенные члены предложения. Вопросительные слова. Местоимения (личные, притяжательные и возвратные). Артикли (определенный, неопределенный, нулевой).	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Общая характеристика и основные сведения о Соединенном Королевстве.	4	
	Практическое занятие. Английский язык – язык международного общения.	4	
	Практическое занятие. Введение и отработка материала по теме «Времена и формы английских глаголов».	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Великобритания».	4	
Тема 1.2. Компьютеры.	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9.,

	Лексика по теме «Компьютеры».	-	ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Грамматика: Имя существительное. Единственное и множественное число существительных. Исчисляемые и неисчисляемые существительные. Суффиксы существительных в английском языке. Притяжательный падеж существительных. Настоящее простое время. Типы вопросов в английском языке. Указательные местоимения (this, that, these, those).	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Беседа о роли информационных технологий в изучении иностранного языка.	4	
	Практическое занятие. Употребление пассивных конструкций	4	
	Практическое занятие. Практика употребления в речи пассивных конструкций.	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Компьютеры»	4	
Тема 1.3. Образование.	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Образование».	-	
	Грамматика: Прошедшее простое время. Правильные и неправильные глаголы. Глагол to be в Past Simple Tense. Глагол to have в Past Simple Tense. Образование прошедшего простого времени смысловых глаголов. Неопределенные местоимения (some, any) и их производные. Местоимения much, many, few, a few, little, a little.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Сравнение систем образования разных стран	4	
	Практическое занятие. Практика построения условных конструкций I типа	4	
	Практическое занятие. Практика построения условных конструкций II и III типов	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Образование»	4	
Тема 1.4. Моя будущая	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9.,

профессия.	Лексика по теме «Моя будущая профессия»	-	ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Грамматика: Будущее простое время. Придаточные предложения времени и условия. Имя прилагательное. Степени сравнения прилагательных. Наречие. Степени сравнения наречий.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	Деловая документация. Резюме.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Обсуждение профессиональных качеств, необходимых для успешного карьерного роста.	6	
	Практическое занятие. Построение герундиальных конструкций.	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Моя будущая профессия»	6	
Тема 1.5. Устройство на работу.	Содержание учебного материала	32	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Устройство на работу»	-	
	Грамматика: Будущее простое время. Придаточные предложения времени и условия. Имя прилагательное. Степени сравнения прилагательных. Наречие. Степени сравнения наречий.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	Грамматика: Длительные/Продолженные времена (настоящее, прошедшее, будущее). оборот to be going to. Предлоги (места, времени, направления). Числительные.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	32	
	Практическое занятие. Устройство на работу.	4	
	Практическое занятие. Составление резюме.	6	
	Практическое занятие. Написание делового письма.	6	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Устройство на работу».	6	
	Практическое занятие. Работа с таблицей грамматических времен.	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Устройство на работу».	6	
Тема 1.6. Деловое	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9.,

общение.	Лексика по теме «Деловое общение».	-	ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Грамматика: Модальные глаголы. Модальные глаголы, выражающие значения возможности/умения, отсутствия возможности/умения. Модальные глаголы, выражающие значения вероятности, умозаключения/логического предположения, просьбы. Модальные глаголы, выражающие значения разрешения, отказа в просьбе, необходимости/долга, обязанности. Модальные глаголы, выражающие значения совета, предложения. Модальные глаголы, выражающие значения отсутствия необходимости, запрещения. Фразовые глаголы. Настоящее совершенное время. Сравнение настоящего совершенного времени и прошедшего простого времени.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Деловая переписка.	4	
	Практическое занятие. Способы выражения реальных и нереальных желаний с конструкцией I wish.	6	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Деловое общение».	6	
Раздел 2 Английский язык для профессиональной коммуникации		78	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
Тема 2.1 Физическая активность, поддержание физической формы.	Содержание учебного материала	20	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Физическая активность, поддержание физической формы».	-	
	Грамматика: Прошедшее совершенное время. Будущее совершенное длительное время, образование, случаи употребления. Предлоги места и направления (пространственные), предлоги временные, предлоги причинные.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	20	

	Практическое занятие. Работа над текстом по специальности “Физическая активность”, "физические упражнения" и "физическая подготовка"	4	
	Практическое занятие. Спорт и оздоровление. Роль спорта в современном обществ.	4	
	Практическое занятие. История спорта и спортивного образования. Спортивная этика.	4	
	Практическое занятие. Роль тренера в спорте.	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Физическая активность, поддержание физической формы».	4	
Тема 2.2. Олимпийские игры.	Содержание учебного материала	14	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Олимпийские игры».	-	
	Грамматика: Пассивный залог. Времена пассивного залога. Согласование времен. Правило согласования времен. Изменение обстоятельств времени и места при согласовании времен. Прямая и косвенная речь. Правило обращения прямой речи в косвенную.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	Практическое занятие. Олимпийские игры	4	
	Практическое занятие. Олимпийские игры в Сочи 2014	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Олимпийские игры»	6	
Тема 2.3. Параолимпийские игры.	Содержание учебного материала	18	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Параолимпийские игры».	-	
	Грамматика: Пассивный залог. Времена пассивного залога. Согласование времен. Правило согласования времен. Изменение обстоятельств времени и места при согласовании времен. Прямая и косвенная речь. Правило обращения прямой речи в косвенную.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Практическое занятие. Спорт для людей с ограниченными возможностями. Организация параолимпийских игр.	6	

	Практическое занятие. Спорт и международные отношения. Спорт и средства массовой информации.	6	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Параолимпийский игры».	6	
Тема 2.4. Виды спорта.	Содержание учебного материала	16	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Лексика по теме «Виды спорта».	-	
	Грамматика: Прошедшее совершенное время. Будущее совершенное время. Настоящее совершенное длительное время, образование, случаи употребления. Предлоги места и направления (пространственные), предлоги временные, предлоги причинные.	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой и профессиональной тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Стрельба из лука. Стрельба.	4	
	Практическое занятие. Водные виды спорта. Гонки на велосипеде и триатлон.	4	
	Практическое занятие. Фехтование.	4	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Виды спорта».	4	
Тема 2.5. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 9., ОК 11., ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 2.3., ПК 3.3. - ПК 3.5.
	Изучение лексического материала по теме «Здоровый образ жизни»	-	
	Грамматика: Настоящее простое время. Глагол to be. Глагол to have. оборот have got. Настоящее простое время смысловых глаголов. Утвердительные, вопросительные, отрицательные предложения. Главные члены предложения. Второстепенные члены предложения. Вопросительные слова. Местоимения (личные, притяжательные и возвратные). Артикли (определенный, неопределенный, нулевой).	-	
	Тексты и диалоги разговорно-бытовой тематики для различных видов речевой деятельности (аудирование, чтение, говорение, письмо).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10	
	Практическое занятие. Здоровый образ жизни.	2	
	Практическое занятие. Спортсмены и спорт.	2	
	Практическое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Здоровый образ жизни».	4	

Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Великобритания. 2. Компьютеры. 3. Образование. 4. Моя будущая профессия. 5. Устройство на работу. 6. Деловое общение. 7. Физическая активность, поддержание физической формы. 8. Олимпийские игры. 9. Параолимпийские игры. 10. Виды спорта. 11. Здоровый образ жизни.	8	
Консультации	-	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	198	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет иностранного языка): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); лингафонное оборудование; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Аитов, В. Ф. Английский язык (второй иностранный язык): 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 220 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-16094-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568469>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Невзорова, Г. Д. Английский язык. Грамматика : учебник для среднего профессионального образования / Г. Д. Невзорова, Г. И. Никитушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 213 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09886-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562160>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.		
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 2. ОК 3. ОК 6. ОК 10. ПК 1.1. – ПК 1.8. ПК 2.1. – ПК 2.6. ПК 3.3.	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	380
в т.ч. в форме практической подготовки	190
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	190
лекции	-
лабораторно-практические занятия	190
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	190
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3-7 семестре, зачет с оценкой в 8 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Легкая атлетика.		12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 1.1. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала	12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Основы здорового образа жизни студента. Правила соревнований по л/а. Проведение самостоятельной разминки. Техника безопасности на занятиях физической культуры.	2	
	Практическое занятие. Специальные беговые упражнения. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Равномерная тренировка.	2	
	Практическое занятие. Специально беговые и прыжковые упражнения. Бег на скорость отрезки 30 метров. Прыжки в длину с разбега "Согнув ноги".	2	
	Практическое занятие. Беговые и прыжковые упражнения. Бег по пересеченной местности в среднем темпе 2000м. Подвижные игры.	2	
	Практическое занятие. Беговые и прыжковые упражнения. Метание гранаты с места. Равномерная тренировка.	2	
	Практическое занятие. Прыжковые и беговые упражнения. Метание гранаты с укороченного разбега. Бег с попеременной скоростью. Подвижная игра.	2	
Раздел 2. Волейбол.		16	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8.,

			ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 2.1. Волейбол.	Содержание учебного материала	16	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Зачет юноши – подтягивание, девушки – сгибание рук в упоре лежа. Совершенствование техники игры в волейбол.	2	
	Практическое занятие. Прием и передача мяча сверху двумя руками в различных направлениях стоя на месте и в движении.	2	
	Практическое занятие. Прием и передача мяча снизу, сверху, над собой – передача. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Одиночное и групповое блокирование, игра после блока. Страховка блока. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Тактика игры в нападении и защиты. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом), техника защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование) и тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).	4	
	Практическое занятие. Выполнение основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	2	
Раздел 3. Баскетбол.		4	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 3.1. Баскетбол.	Содержание учебного материала	4	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. История развития спортивных игр в России. Участие сборной России по баскетболу в Олимпийских играх. Ведение, прием, передача мяча.	2	
	Практическое занятие. Бросок мяча в корзину двумя руками с места и после ведения. Учебная игра.	2	

Раздел 4. Лыжи.		12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 4.1. Лыжи.	Содержание учебного материала	12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам. Выполнение обязанностей судей. Техника безопасности при лыжной подготовке.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование техники попеременного 2-х шажного хода. Техника преодоления подъемов.	2	
	Практическое занятие. Переход от одновременных ходов к попеременным и наоборот. Техника торможения.	2	
	Практическое занятие. Повторное прохождение отрезков на скорость (юноши – до 200 м, девушки – до 150м). Техника поворотов при спуске на лыжах.	2	
	Практическое занятие. Зачет – техника попеременного двухшажного хода; техника преодоления подъемов.	2	
	Практическое занятие. Зачет – техника одновременных ходов, техника спусков, торможений.	2	
Раздел 5. Гимнастика.		8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 5.1. Гимнастика.	Содержание учебного материала	8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Терминология гимнастических упражнений. Комплекс вольных упражнений.	2	
	Практическое занятие. Строевые упражнения и приемы. Вольные и акробатические упражнения.	2	
	Практическое занятие. Проверка выполнений домашних заданий в составлении комплекса производственной гимнастики и практическое проведение его с группой по заданию преподавателя	2	
	Практическое занятие. Зачет – комплексные вольные и акробатические	2	

	упражнения на 32 счета.		
Раздел 6. Баскетбол.		18	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 6.1. Баскетбол.	Содержание учебного материала	18	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Практическое занятие. Взаимодействие игроков в нападении. Зачет челночный бег. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Передача мяча в парах на месте и в движении. Зачет - прыжок в длину с места.	2	
	Практическое занятие. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в корзину с различных дистанций. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Штрафной бросок в корзину. Ведение мяча с броском. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Ведение мяча на месте и в движении по прямой, по кругу, змейкой. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Спец. Подготовка упражнений. Взаимодействие приемов в нападении и защите. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Ловля и передача мяча с отскока от пола при параллельном и встречном движении. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Интегральная подготовка. Приемы игры в нападении и защите. Правила игры и судейства.	4	
Раздел 7. Легкая атлетика.		10	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 7.1. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала	10	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10	
	Практическое занятие. Организация самостоятельной разминки. Бег на короткие дистанции, прыжки в длину.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование техники бега с низкого старта на отрезки 30 метров. Прыжки в высоту.	2	
	Практическое занятие. Бег на короткие дистанции - 100 метров. Прыжки в	2	

	высоту. Метание гранаты.		
	Практическое занятие. Бег различной интенсивности с постепенным увеличением его продолжительности до 30-40 мин.	2	
	Практическое занятие. Ознакомление с техникой толкания ядра с места и со скачка. Техника эстафетного бега.	2	
Раздел 1. Легкая атлетика.		12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 1.1. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала	12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий. Физические способности человека и его развитие Техника безопасности на занятиях физической культурой.	2	
	Практическое занятие. Способы владения жизненно важными умениями и навыками. Техника бега короткие дистанции 30*8. Н/старт, стартовые ускорения. Силовая подготовка.	2	
	Практическое занятие. Методика составления индивидуальных программ самовоспитания. Техника бега на короткие дистанции 50*5. Прыжки и специальные упражнения на скорость и развитие силовых качеств. Прыжки в длину.	2	
	Практическое занятие. Предупреждение травматизма. Методика проведения разминки. Бег на средние дистанции (в гору, под гору, по повороту) 150*5 через 100м. Силовая подготовка. Прыжки с места, многоскоки.	2	
	Практическое занятие. Попеременный бег 80*6*100. Прыжковые упражнения и прыжки в длину. Оценка работоспособности.	2	
	Практическое занятие. Методика проведения самостоятельной разминки. Бег на короткие дистанции 100 м (тест). Эстафетный бег, прыжки в длину	2	
Раздел 2. Волейбол.		16	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 2.1. Волейбол.	Содержание учебного материала	16	ОК 2., ОК 3.,

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	Практическое занятие. Основы методики судейства по спортивным играм. Правила игр. Передача на точность с различных дистанций. Командное взаимодействие игроков. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Тактические действия в нападении, защите. Блокирование игроков.	2	
	Практическое занятие. Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижних передач двумя руками. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Индивидуальные действия в нападении, защите. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещение по площадке. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействия игроков. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения). Приемы игры в нападении и защите. Правила игры, судейства.	2	
	Практическое занятие. Поддача мяча, нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяч. Передача мяча.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: тактической подготовки: тактика защиты (индивидуальные, групповые, командные действия). Приемы игры в нападении и защите. Правила игры судейства	2	
Раздел 3. Баскетбол.		4	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 3.1. Баскетбол.	Содержание учебного материала	4	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча с места и в движении, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	2	
	Практическое занятие. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и	2	

	соревнования.		
Раздел 4. Лыжи.		12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 4.1. Лыжи.	Содержание учебного материала	12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Прикладное и оздоровительное значение лыжного спорта. Совершенствование лыжных ходов. Техника безопасности при лыжной подготовке.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование попеременных ходов. Горная техника. Прохождение отрезков на скорость.	2	
	Практическое занятие. Техника безопасности на л/ подъеме. Совершенствование одновременных ходов. Горная техника (торможение, поворотов). Прохождение отрезков на скорость.	2	
	Практическое занятие. Методика обучения конькового хода. Прохождение дистанции 1-2 км различными способами.	2	
	Практическое занятие. Коньковый ход. Прохождение отрезков на скорость различными способами. Дистанция 3 км.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование лыжных ходов. Торможение, повороты, подъемы. Прохождение отрезков на скорость.	2	
Раздел 5. Гимнастика.		8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 5.1. Гимнастика.	Содержание учебного материала	8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Терминология гимнастических упражнений. Комплекс вольных упражнений с элементами акробатики.	2	
	Практическое занятие. Вольные упражнения с элементами акробатики. Развитие гибкости.	2	
	Практическое занятие. Упражнения в висах и упорах. Акробатические упражнения.	2	
	Практическое занятие. Зачет – вольные упражнения с элементами	2	

	акробатики. Силовой тест.		
Раздел 6. Баскетбол.		14	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 6.1. Баскетбол.	Содержание учебного материала	14	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	Практическое занятие. Основы методики судейства по спортивным играм. Правила игр. Ведение мяча. Броски на точность с различных дистанций. Взаимодействие 2-х игроков. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Тактические действия в нападении, остановки и передвижении. Заслон, броски с различных дистанций.	2	
	Практическое занятие. Передача в движении, отрыв, тактика игры в защите 2*3. Расстановки в защите 2*3, 2*1*2, 3*2. Взаимодействия 2-х игроков. Броски с различных дистанций. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Сочетание приемов ловли – передачи – бросок. Ведение – передача – бросок. Индивидуальные действия в нападении, защите.	2	
	Практическое занятие. Правила соревнований по б/б. Организация судейства. Расстановка игроков в защите и нападении. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Правила соревнований по б/б. Организация судейства. Учебная игра.	2	
	Практическое занятие. Расстановка игроков в защите и нападении. Учебная игра.	2	
Раздел 1. Легкая атлетика.		12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 1.1. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала	12	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Социальное значение физической культуры. Физическая культура в средних специальных учебных заведениях. Техника безопасности на занятиях физической культуры.	2	

	Практическое занятие. Правила соревнований. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Метание гранаты.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование техники н/ старта, стартовые ускорения. Метание гранаты. Эстафетный бег.	2	
	Практическое занятие. Бег на 100 м (зачет). Метание гранаты, повторный бег. Русская лапта.	2	
	Практическое занятие. Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения. Русская лапта.	2	
	Практическое занятие. Бег по пересеченной местности 3000м, 2000м – девочки – зачет. Подвижные и спортивные игры.	2	
Раздел 2. Волейбол.		16	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 2.1. Волейбол.	Содержание учебного материала	16	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Совершенствование техники игры. Двухсторонняя игра. Судейство. ОФП.	2	
	Практическое занятие. Правила судейства. Двухсторонняя игра. Подтягивание – зачет.	2	
	Практическое занятие. Тактические действия в нападении и защите. Судейство. Двухсторонняя игра.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование техники игры. Силовые упражнения (пресс) – зачет. Двухсторонняя игра.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование техники игры. Системы защиты и нападения. Двух сторонняя игра. Судейство.	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом).	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: техники защиты (техника передвижения, техника владения мячом).	2	
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки: тактической подготовки: тактика защиты (индивидуальные, групповые, командные действия).	2	
Раздел 3. Баскетбол.		6	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10.,

			ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 3.1. Баскетбол.	Содержание учебного материала	6	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие. Приемы игры в нападении и защите. Правила игры судейства.	2	
	Практическое занятие. Выполнение основных технических и тактических приемов игры: ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча с места и в движении, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил.	2	
	Практическое занятие. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	2	
Раздел 4. Лыжи.		8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
Тема 4.1. Лыжи.	Содержание учебного материала	8	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Прикладное и оздоровительное значение лыжного спорта. Техника безопасности на занятии лыжной подготовки	1	
	Практическое занятие. Имитация попеременного 2-х шажного хода. Силовая подготовка. Бег 2000 м.	1	
	Практическое занятие. Имитация техники одновременных ходов. Бег в равномерном темпе 3000 м.	2	
	Практическое занятие. Имитация техники перехода с попеременного хода на одновременный ход и на оборот. Бег в среднем темпе 20 мин.	2	
	Практическое занятие. Имитация техники свободного хода. Зачет - бег на выносливость.	2	
Раздел 5. Гимнастика.		2	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.

Тема 5.1. Гимнастика.	Содержание учебного материала	2	ОК 2., ОК 3., ОК 6., ОК 10., ПК 1.1. – ПК 1.8., ПК 2.1. – ПК 2.6., ПК 3.3.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Проведение физической подготовки юношей. Гимнастика и атлетическая подготовка. Строевые приемы, упражнения на месте и в движении. Упражнение на перекладине: комбинированное силовое упражнение (подъем переворотом, подтягивание, подъем силой, поднимание ног). Проведение физической подготовки девушек. Гимнастические упражнения, направленные на развитие физических качеств.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Легкая атлетика. 2. Волейбол. 3. Баскетбол. 4. Лыжи. 5. Гимнастика.		190	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		380	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал: спортивный инвентарь по игровым видам; гимнастическое оборудование (перекладина, брус, канат подвесной, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик деревянный, маты гимнастические, мяч набивной, скамейка гимнастическая, канат для перетягивания, скакалки, обручи); легкоатлетический инвентарь (флажки судейские, гранаты учебные, эстафетные палочки, секундомер); оборудование и инвентарь для спортивных игр (шашки, насос механический, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, сетки волейбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, мячи футбольные, иглы для мячей, столы для настольного тенниса, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса); видеоаппаратура, аудиоаппаратура. Открытые спортивные площадки.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536838>

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>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. 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>

6. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, 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>

7. 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 ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 8 нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 7 нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 6
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль,	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	типа 1-5.	нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: число ошибок и недочетов в нормативах превосходит норму, при которой может быть выставлена оценка «удовлетворительно», или если правильно выполнено менее половины нормативов, он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.		
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.06 ЭТИКА ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Белых С.Г., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Этика делового общения» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Этика делового общения» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. ОК 2. ОК 6. ОК 9.	применять в профессиональной деятельности приемы делового общения; осуществлять профессиональное общение с соблюдением норм и правил делового этикета; соблюдать этические нормы поведения; передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи; предотвращать и регулировать конфликтные ситуации; создавать и соблюдать имидж делового человека; организовывать рабочее место.	основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе; основные техники и приемы общения; причины возникновения и способы разрешения конфликтных ситуаций; правила слушания, ведения беседы, убеждения; составляющие внешнего облика делового человека: костюм, прическа, макияж, аксессуары и др.; правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	48
в т.ч. в форме практической подготовки	16
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	32
лекции	16
лабораторно-практические занятия	16
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	16
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 4 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы делового общения.		24	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
Тема 1.1. Введение в этику делового общения.	Содержание учебного материала	6	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Этика делового общения как профессиональная дисциплина. Культура делового общения.	2	
	Психологические основы общения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Коммуникативные навыки.	2	
Тема 1.2. Теоретические и прикладные аспекты делового общения.	Содержание учебного материала	18	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Правила делового общения.	2	
	Этические нормы взаимоотношений.	2	
	Основные техники и приемы общения.	2	
	Правила слушания, ведения беседы, убеждения, консультирования.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10	
	Практическое занятие. Средства общения. Вербальное общение.	2	
	Практическое занятие. Невербальное общение. Общение и навыки эффективного слушания.	2	
	Практическое занятие. Целеполагание и командообразование. Индивидуальные различия. Сплочение и доверие. Эмоционально-чувственная сфера.	2	
	Практическое занятие. Конфликты и причины их возникновения. Пути решения конфликтов.	2	
	Практическое занятие. Манипуляции и защита от них. Рефлексия и самоанализ в профессиональной сфере.	2	
Раздел 2. Основы делового имиджа.		8	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.

Правила организации рабочего пространства.			
Тема 2.1. Имидж и рабочее пространство как элементы делового общения.	Содержание учебного материала	8	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Составляющие внешнего облика делового человека: костюм, прическа, макияж, аксессуары и др.	2	
	Правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Создание концепции собственного имиджа.	2	
	Практическое занятие. Организация плана и концепции рабочего пространства.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Введение в этику делового общения. 2. Теоретические и прикладные аспекты делового общения. 3. Имидж и рабочее пространство как элементы делового общения.		16	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет педагогики и психологии): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Кошечая, И. П. Профессиональная этика и психология делового общения : учебное пособие / И.П. Кошечая, А.А. Канке. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2025. — 304 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0739-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2183422>

2. Родыгина, Н. Ю. Этика деловых отношений : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Ю. Родыгина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 380 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19480-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562395>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Культура речи и деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / ответственные редакторы В. В. Химик, Л. Б. Волкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07792-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565092>

6. Скворцов, А. А. Этика : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Скворцов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21589-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581778>

7. Скибицкая, И. Ю. Деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. Ю. Скибицкая, Э. Г. Скибицкий. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 239 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16429-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564541>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	

		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.06 ЭТИКА И ЭТИКЕТ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Белых С.Г., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Этика и этикет» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Этика и этикет» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. ОК 2. ОК 6. ОК 9.	использовать правила публичного общения с людьми; соблюдать требования современного этикета; работать в "контактной зоне" как сфере реализации профессиональной деятельности; отличать "отклонения" от норм этикета поведения в общественных местах; оценивать социальную значимость партнеров по общению; осуществлять контекстуальную диагностику ситуации общения, предупреждать конфликтные ситуации; осуществлять саморегуляцию как профилактику профессиональной деформации; выбирать в ситуации профессионального общения оптимальную стратегию взаимодействия с партнерами по общению.	основные понятия "этика", "этикет", "деловой этикет", "этикет самопрезентации", "речевой этикет"; этику профессиональной сферы, этику партнерских отношений; методики и процедуры общения и взаимодействия с партнерами по общению; общепсихологические закономерности самопрезентации с целью эффективного взаимодействия; тактики преодоления стрессовых и конфликтных ситуаций.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	48
в т.ч. в форме практической подготовки	16
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	32
лекции	16
лабораторно-практические занятия	16
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	16
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 4 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы этики.		4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
Тема 1.1. Этика как наука и явление духовной культуры Структура морального сознания.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	«Этос» и «этика». История становления понятия «этики». «Этическое» у Аристотеля. Этические добродетели у Аристотеля и их отличие от аффектов тела и дианоэтических свойств ума. Этика у Аристотеля как особая область знания этических добродетелей. Этика - наука о морали. Понятие «нравов» и «нравственности». Определение научного статуса этики. Структура этики и ее функции. Понятие профессиональной этики. Её предмет. Соотношение прикладной, профессиональной и нормативной этики. Феномен нравственности. Неинституциональный характер нравственной нормы. Общечеловеческая сущность морали. Проблема свободы и ответственности. Моральное законодательство. Идеал как структурообразующий элемент нравственности. Добро и зло в истории нравственности и в современной социальной практике. Долг, совесть, честь и достоинство. Счастье и смысл жизни как мировоззренческие ориентиры нравственного сознания.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Историческое развитие морали.	2	
Раздел 2. Этика в сфере профессиональных отношений.		8	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
Тема 2.1. Этические проблемы профессиональных отношений.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Мораль и бизнес; деловая этика и нравственность. Применимость нравственных критериев к анализу феномена профессиональной морали. Групповой и общечеловеческий интерес, их конфликты и	2	

	комплементарность. Нравственный и этический релятивизм. Моральный плюрализм. Разумный эгоизм, утилитаризм и польза. Понятие нравственно-профессиональной деформации, ее сущность, причины возникновения и формы проявления в различных сферах жизнедеятельности.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Нормативные образцы личности.	2	
Тема 2.2. Современный дресс-код; имидж современного человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Соблюдение дресс-кода. О чем говорит одежда женщин и мужчин. Требования к одежде в образовательных организациях. Украшения и макияж. Аксессуары и запахи. Организация рабочего пространства. Правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Создание концепции собственного имиджа. Организация плана и концепции рабочего пространства.	2	
Раздел 3. Основы этикета делового общения.		20	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
Тема 3.1. Внутригрупповые взаимодействия, внутригрупповые конфликты и нравственность.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Отношения в коллективе. Рабочая атмосфера. «Трудный руководитель»: психологические особенности и нравственный портрет. Увольнение.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Коммуникативность в коллективе. Стилль общения. Субординация, взаимоотношения между сотрудниками.	2	
Тема 3.2. Этикет как социальное явление и сфера его применимости. Этикет деловых отношений.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Этикет и его характеристика. Национальные особенности этикета, необходимость их соблюдения. Этикет светский и религиозный. Этикетные ограничения.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие. Составление визитной карточки.	1	
Тема 3.3. Поведение в общественных местах.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Взаимодействия в неформальной обстановке и их значение для формирования образа сотрудника и образа организации. Улица, театр, транспорт, вечеринка. Культурная программа и «выход в свет»:	1	

	предпочтительные формы поведения. Необходимый минимум правил и требований.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие. Правила поведения в общественных местах.	1	
Тема 3.4. Дистантное общение и его специфика. Телефонные разговоры, деловая переписка.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Служебные и неслужебные разговоры. Этические нормы телефонного разговора. Принцип доверия как основа делового дистантного общения. Этические принципы и нормы ведения делопроизводства. Культура делового письма.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Эпистолярный и телефонный этикет.	2	
Тема 3.5. Вербальное общение и культура речи. Невербальное общение, его необходимость и особенности.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Основы деловой риторики. Устное выступление, его законы и нормы построения. Средства выразительности деловой речи, границы их использование и нравственная природа. Речевое поведение. Основы невербального общения. Взаимосвязь национального языка, национальных форм поведения и невербального общения. Язык тела и движения. Визуальный контакт.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Принципы построения выступления. Тактика ведения переговоров.	2	
Тема 3.6. Правила международного этикета и официальных мероприятий.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 6., ОК 9.
	Этикет деловых приемов. Деловое общение с иностранными партнерами и клиентами. Комплименты. Уместность подарков и их значение.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Деловые протокольные мероприятия. Культура поведения за столом. Международные стандарты и особенности ведения деловых переговоров. Национальный этикет в странах зарубежья.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Этика как наука и явление духовной культуры Структура морального сознания. 2. Этические проблемы профессиональных отношений. 3. Современный дресс-код; имидж современного человека. 4. Внутригрупповые взаимодействия, внутригрупповые конфликты и нравственность. 5. Этикет как социальное явление и сфера его применимости. Этикет деловых отношений. 6. Поведение в общественных местах.		16	

7. Дистантное общение и его специфика. Телефонные разговоры, деловая переписка.		
8. Вербальное общение и культура речи. Невербальное общение, его необходимость и особенности.		
9. Правила международного этикета и официальных мероприятий.		
Консультации	-	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет педагогики и психологии): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Кошечая, И. П. Профессиональная этика и психология делового общения : учебное пособие / И.П. Кошечая, А.А. Канке. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2025. — 304 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0739-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2183422>

2. Родыгина, Н. Ю. Этика деловых отношений : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Ю. Родыгина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 380 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19480-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562395>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Культура речи и деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / ответственные редакторы В. В. Химик, Л. Б. Волкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07792-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565092>

6. Скворцов, А. А. Этика : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Скворцов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21589-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581778>

7. Скибицкая, И. Ю. Деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. Ю. Скибицкая, Э. Г. Скибицкий. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 239 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16429-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564541>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2.	

		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.07 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ганьшина И.Н., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Иностранный язык в профессиональной сфере» является вариативной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Иностранный язык в профессиональной деятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 4. ОК 8.	строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; взаимодействовать в коллективе, принимать участие в диалогах на общие и профессиональные темы; применять различные формы и виды устной и письменной коммуникации на иностранном языке при межличностном, межкультурном и профессиональном взаимодействии; понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на общие и базовые профессиональные темы; понимать тексты на базовые профессиональные темы; составлять простые связные сообщения на общие или профессиональные темы; общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы; переводить иностранные тексты профессиональной направленности (со словарем); самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас.	лексический и грамматический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; лексический и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода текстов профессиональной направленности (со словарем); общеупотребительные глаголы (общая и профессиональная лексика); правила чтения текстов профессиональной направленности; правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; правила речевого этикета и социокультурные нормы общения на иностранном языке; формы и виды устной и письменной коммуникации на иностранном языке при межличностном, межкультурном и профессиональном взаимодействии.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	312
в т.ч. в форме практической подготовки	208
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	208
лекции	-
лабораторно-практические занятия	208
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	104
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 4,6 семестре, зачет с оценкой в 8 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Роль иностранного языка в профессиональной деятельности.		90	ОК 4., ОК 8.
Тема 1.1. Россия в современном мире. Экономика отрасли.	Содержание учебного материала	16	ОК 4., ОК 8.
	Состояние современной экономики. Россия и сотрудничество с другими государствами. Англоязычные страны. Краткое описание отрасли. Система времен действительного залога в английском языке. Исчисляемые и неисчисляемые существительные. Артикль. Употребление артикля с именами собственными.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	16	
	Практическое занятие. Мировая экономика.	8	
	Практическое занятие. Культура, достопримечательности и обычаи страны изучаемого языка.		
	Практическое занятие. Россия и сотрудничество с другими государствами.	8	
	Практическое занятие. Экономика отрасли.		
	Практическое занятие. Диалог-дискуссия по теме «Чем определяется выбор профессии».		
Тема 1.2. Роль образования в современном мире.	Содержание учебного материала	28	ОК 4., ОК 8.
	Система образования России и других стран. Согласование времен. Косвенная речь. Личные местоимения. Притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Относительные местоимения.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	28	
	Практическое занятие. Система образования России.	6	
	Практическое занятие. Образование в современном мире: Китай, США,		

	Европа.		
	Практическое занятие. Образование в России для иностранных студентов.	8	
	Практическое занятие. Система среднего профессионального образования в России.		
	Практическое занятие. Поступление иностранного студента в учебное заведение в России.	8	
	Практическое занятие. Сравнение среднего профессионального образования в России, Великобритании, США и Китае.		
	Практическое занятие. Роль образования в жизни.	6	
	Практическое занятие. Важность получения образования.		
Тема 1.3. Значение иностранного языка в освоении профессии.	Содержание учебного материала	8	ОК 4., ОК 8.
	География английского языка. Английский язык в профессиональной деятельности. Словообразование: наречия. Степени сравнения прилагательных и наречий. Повторение пройденного грамматического материала.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Английский язык в современном мире.	8	
	Практическое занятие. Я и моя профессия. Дискуссия: Взаимосвязь иностранного языка и моей профессии.		
	Практическое занятие. Профессиональный диалог.		
Тема 1.4. Основы делового общения.	Содержание учебного материала	12	ОК 4., ОК 8.
	Светская беседа (Small talk). Деловой звонок. Деловая переписка. Страдательный залог. Неопределенные и отрицательные местоимения.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Светская беседа (Small talk).	6	
	Практическое занятие. Составление деловых писем, докладных записок, заявлений.		
	Практическое занятие. Деловой разговор по телефону, электронное письмо.	6	
	Практическое занятие. Приглашение на конференцию.		
Тема 1.5. Рынок труда, трудоустройство и карьера.	Содержание учебного материала	26	ОК 4., ОК 8.
	Резюме. Прохождение собеседования. Страдательный залог. Числительные. Повторение пройденного ранее грамматического материала.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	26	

	Практическое занятие. Поиск работы. Подготовка резюме. Прохождение собеседования.	8	
	Практическое занятие. Трудоустройство и карьера. Интервью и собеседование.		
	Практическое занятие. Заполнение анкеты-заявки о приеме на работу. Составление резюме и портфолио для работодателя.	6	
	Практическое занятие. Деловая игра «Собеседование с работодателем в кадровом агентстве».	6	
	Практическое занятие. Составление диалогов и проведение ролевой игры по теме «Рынок труда, трудоустройство и карьера».	6	
Раздел 2. Научно-технический прогресс: открытия, которые потрясли мир.		18	ОК 4., ОК 8.
Тема 2.1. Достижения и инновации в науке и технике и их изобретатели. Отраслевые выставки.	Содержание учебного материала	18	ОК 4., ОК 8.
	Достижения и инновации в науке и технике. Открытия XXI века. Посещение отраслевой выставки. Придаточные предложения условия (1-2 тип).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Практическое занятие. Достижения и инновации в науке и технике. Открытия XXI века.	6	
	Практическое занятие. Отраслевая выставка.	6	
	Практическое занятие. Дискуссия по теме «Достижение в области науки и техники, изменившее мою жизнь».	6	
Раздел 3. Чемпионатное движение. Государственная итоговая аттестация в форме демонстрационного экзамена.		24	ОК 4., ОК 8.
Тема 3.1. Чемпионаты России по профессиональному мастерству. Демонстрационный	Содержание учебного материала	24	ОК 4., ОК 8.
	История чемпионатов. Чемпионаты России по профессиональному мастерству. Демонстрационный экзамен как форма проведения ГИА. Придаточные предложения условия (1,2,3 тип). Повторение пройденного ранее грамматического материала.	-	

экзамен.	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	24	
	Практическое занятие. История чемпионатов России.	6	
	Практическое занятие. Чемпионат профессионального мастерства.	6	
	Практическое занятие. Изучающее чтение технической документации Демонстрационного экзамена.	6	
	Практическое занятие. Описание задания Демонстрационного экзамена. Составление диалогов по заданным ситуациям.	6	
Раздел 4. Профессиональное содержание.		76	ОК 4., ОК 8.
Тема 4.1. Физическая культура.	Содержание учебного материала	18	ОК 4., ОК 8.
	Придаточные предложения условия (Mixed conditionals, предложения с “I wish”). Повторение пройденного ранее грамматического материала.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Практическое занятие. Учебные занятия по физической культуре.	6	
	Практическое занятие. Упражнения на повышение физической активности.	6	
	Практическое занятие. Проведение занятий в качестве тренера.	6	
Тема 4.2. Спорт.	Содержание учебного материала	12	ОК 4., ОК 8.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12	
	Практическое занятие. Спортивные мероприятия.	6	
	Практическое занятие. Зависимость здоровья человека от спорта.	6	
Тема 4.3. Техника безопасности и охрана труда.	Содержание учебного материала	18	ОК 4., ОК 8.
	Техника безопасности и охрана труда. Документация по охране труда и технике безопасности Чемпионата профессионального мастерства. Неличные формы глагола (Gerund).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Практическое занятие. Техника безопасности и охрана труда.	6	
	Практическое занятие. Документация по охране труда и технике безопасности чемпионата профессионального мастерства.	6	
	Практическое занятие. Safety first/Безопасность превыше всего.	6	
Тема 4.4. Решение стандартных и нестандартных	Содержание учебного материала	14	ОК 4., ОК 8.
	Профессиональные стандарты. Неличные формы глагола (Participles).	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	

профессиональных ситуаций.	Практическое занятие. Дискуссия по теме «Возможные нестандартные профессиональные ситуации и пути их решения».	8	
	Практическое занятие. Ролевая игра «Обоснование несоответствия рабочего места требованиям охраны труда и поиск выхода из ситуации в условиях дефицита языковых средств».	6	
Тема 4.5. Саморазвитие в профессии.	Содержание учебного материала	14	ОК 4., ОК 8.
	Роль самообразования и самосовершенствования в профессии. Неличные формы глагола. Повторение пройденного ранее грамматического материала.	-	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	Практическое занятие. Профессиональный рост и самосовершенствование в профессиональной деятельности.	6	
	Практическое занятие. Дискуссия «Если я буду участвовать в чемпионате профессионального мастерства».	8	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Россия в современном мире. Экономика отрасли. 2. Роль образования в современном мире. 3. Значение иностранного языка в освоении профессии. 4. Основы делового общения. 5. Рынок труда, трудоустройство и карьера. 6. Достижения и инновации в науке и технике и их изобретатели. Отраслевые выставки. 7. Чемпионаты России по профессиональному мастерству. Демонстрационный экзамен. 8. Чертежи и техническая документация. 9. Инструменты, оборудование и станки. 10. Техника безопасности и охрана труда. 11. Решение стандартных и нестандартных профессиональных ситуаций. 12. Саморазвитие в профессии.		104	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		312	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет иностранного языка): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); лингафонное оборудование; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Гуреев, В. А. Английский язык. Грамматика (B2) : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Гуреев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17134-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541174>

2. Куряева, Р. И. Английский язык. Лексика и грамматика: учебник для среднего профессионального образования / Р. И. Куряева. — 8-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 497 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16553-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544931>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык для технических колледжей (А1): учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 195 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17397-0. — URL: <https://urait.ru/bcode/533005>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения. «Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности,

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
		недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01 АНАТОМИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Костянчук В.Л., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Анатомия» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Анатомия» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 11. ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7. ПК 2.1. ПК 3.3. ПК 3.5.	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма человека; применять знания по анатомии в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом.	основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	168
в т.ч. в форме практической подготовки	32
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	122
лекции	80
лабораторно-практические занятия	32
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	46
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Понятие об анатомии, цитологии и гистологии.		20	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 1.1. Анатомия как наука и предмет преподавания. Развитие анатомии.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Анатомия как наука и предмет преподавания. Теоретическая и методологическая основа понимания строения организма. Мировоззренческое, пропедевтическое (подготовительное) и практическое значение анатомии как естественнонаучной основы физического воспитания. Связь анатомии с другими науками (физиологией, психологией, педагогикой, спортивной медициной и др.) Предмет изучения анатомии человека. Методы исследования в анатомии человека. Необходимость знания топографического расположения и строения органов и частей тела для преподавателя физической культуры.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Клетка.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Клетка – основа строения, жизнедеятельности и развития животных и растительных организмов. Общая характеристика клетки. Форма, размеры клеток. Химический состав и физико-химические свойства клетки. Строение клетки. Цитоплазма: цитолемма, гиалоплазма. Органеллы общие и специальные Включения. Ядро: ядерная оболочка, кариоплазма, ядрышко, хроматиновые структуры. Функциональное значение цитоплазмы и ядра.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	

	Практическое занятие. Строение клетки.	2	
Тема 1.3. Ткани. Общая характеристика тканей и их классификаций. Эпителиальная и соединительная ткани.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Особенности строение эпителиальной ткани и выполняемые ею функции: защитная, разграничительная, всасывающая, выделительная и секреторная. Классификация эпителиальной ткани: по строению и по функциям (однослойный эпителий – плоский, кубический, цилиндрический; многослойный эпителий), по происхождению (кишечный, почечный, кожный, эпителий). Эпителиальная ткань – основная структура паренхиматозных органов – желез. Кровь и лимфа. Кровь: плазма крови, форменные элементы, их строение. Функциональное значение. Соединительная ткань Общая характеристика и классификация соединительной ткани. Строение и функции рыхлой и плотной волокнистой соединительной ткани. Хрящевая и костная ткани.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Строение эпителиальной и соединительной ткани.	2	
Тема 1.4. Особенности строения и функции мышечной и нервной ткани.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Мышечная ткань, строение и функции. Общая характеристика и классификация мышечной ткани. Гладкая и поперечнополосатая мышечные ткани. Микроскопическое строение поперечнополосатого мышечного волокна. Понятие о саркомере. Поперечно-полосатая сердечная мышечная ткань. Нервная ткань. Ее строение, классификация и функциональное значение. Нейрон, его строение. Нервные волокна, нервные стволы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Строение мышечной и нервной тканей.	2	
Тема 1.5. Краткие сведения об индивидуальном развитии организма. Внутриутробный и внеутробный периоды развития.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Внутриутробный период развития: оплодотворение, дробление, образование зародышевых листков, развитие тканей и органов. Внеутробный (постнатальный) период развития организма человека. Основные закономерности роста и развития организма человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.6. Основные закономерности роста и	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5.,
	Возрастные особенности строения организма человека. Характеристика	2	

развития организма человека. Возрастная морфология, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи.	физического развития, вегетативных функций, развития органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, желез внутренней секреции, двигательного аппарата, центральной нервной системы.		ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.7. Определение антропометрических показателей, их оценка с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживание динамики изменений.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Антропометрии. Определение антропометрических показателей. Уровни физического развития и их оценка с помощью методов: антропометрических стандартов, корреляции и индексов. Оценка антропометрических показателей с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживание динамики изменений. Отслеживание динамики изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		
Раздел 2. Функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения.		14	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 2.1. Аппарат движения. Характеристика скелета.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия аппарата движения. Пассивная (кости и их соединения) и активная (мышцы) части аппарата движения. Общая характеристика скелета. Части скелета. Функции скелета механические и биологические. Кость - основная структурно-функциональная единица скелета. Количество костей в скелете, весовые соотношения их у детей и взрослых, мужчин и женщин. Кость как орган. Химический состав кости и её физические свойства. Строение кости: остеон, компактное и губчатое вещество, костный мозг, надкостница. Развитие, рост костей. Классификация костей по строению, развитию и функции. Характеристика трубчатых, губчатых, смешанных костей. Факторы, влияющие на рост и развитие костей. Изменения костей (химический состав компоненты, размеры) в связи с возрастом и занятиями спортом. Общая анатомия соединения костей. Виды соединений костей, их классификация. Непрерывные (фиброзные, хрящевые, костные)	2	

	соединения. Непрерывные соединения, или суставы. Основные элементы сустава (суставные поверхности, суставная капсула, суставная щель, суставная или синовиальная жидкость.) и вспомогательные образования (связки, суставные хрящи, сесамовидные кости, синовиальные сумки). Классификация суставов по количеству сочленяющихся костей, по форме суставных поверхностей и по количеству осей вращения. Полусуставы, укрепление суставов факторы, влияющие на подвижность в суставах. Изменения соединений костей в связи с возрастом и действием физических нагрузок.		
	Скелет туловища. Костная основа скелета туловища: позвоночный столб, грудная клетка. Позвоночный столб. Отделы позвоночного столба, количество позвонков в каждом отделе. Строение позвонка. Особенности строения шейных, грудных, поясничных позвонков. Крестец и копчик. Соединения позвонков. Связочный аппарат позвоночного столба. Соединения позвоночного столба с черепом (атлантозатылочный и атлантоосевой суставы). Функциональная характеристика позвоночного столба. Изгиб позвоночного столба (лордозы и кифозы), их развитие и функциональное значение. Грудная клетка. Костная основа грудной клетки. Грудина, рёбра, их строение и положение. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Кости туловища и их соединения.	2	
Тема 2.2. Кости черепа и их соединения.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Скелет головы (черепа) общая характеристика черепа и образующих его костей. Костная основа скелета головы: кости мозгового и лицевого отделов черепа, их строение и местоположение. Соединения костей черепа. Височно-нижнечелюстной: сустав, его строение, движения в нем. Функциональная характеристика черепа, крыша и основание череп. Топография внутренней и наружной поверхностей основания череп Глазницы, полость носа, височная и подвисочная ямки. Формы черепа.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Кости черепа и их соединения.	2	
	Практическое занятие. Топография черепа.	2	
Тема 2.3. Скелет верхних конечностей.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1.,
	Скелет верхней конечности. Отделы верхней конечности. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица. Кости свободной верхней	1	

	конечности: плеча - плечевая кость; предплечья - лучевая и локтевая кость Кости кисти: кости запястья, пясти и пальцев. Соединения костей пояса верхней конечности. Грудино-ключичный и акромиально-ключичный суставы, их строение и движения.		ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.4. Скелет нижних конечностей.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Скелет нижней конечности. Отделы нижней конечности. Кости пояса нижней конечности: тазовые (подвздошная, седалищная, лобковая). Кости свободной нижней конечности: бедра - бедренная кость; голени – большеберцовая и малоберцовая кости. Кости стопы: кости плюсны, предплюсны и фаланги пальцев. Соединения костей: пояс нижней конечности. Соединения костей кисти.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 3. Динамическая анатомия – мышцы.		20	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 3.1. Общая анатомия скелетных мышц.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Строение и состав мышц. Кровоснабжение и иннервация мышц. Вспомогательной мышечный аппарат. Закономерности распределения мышц в теле, классификацию по форме, направлению мышечных волокон. Основы биомеханики мышечного сокращения.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Топографическая характеристика мышц туловища (мышцы спины, груди и живота).	Содержание учебного материала	3	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Поверхностные мышцы груди: грудные (большая и малая), подключичная, передняя зубчатая. Собственные (глубокие) мышцы груди: межреберные мышцы, подреберные мышцы, поперечная мышца груди, диафрагма. Мышцы живота. Функции мышц живота. Мышцы передней стенки живота: прямая мышца живота, пирамидальная мышца; мышцы латеральной (боковой стенки живота: наружная и внутренняя косые мышцы живота, поперечная мышца живота; мышцы задней стенки живота, квадратная мышца поясницы.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Топография мышц туловища. Мышцы груди и живота.	2	
Тема 3.3.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11.,

Функциональная характеристика мышц туловища. Мышцы, участвующие в движениях позвоночного столба и головы.	Сгибание шеи (шейного отдела позвоночного столба) и головы (наклон вперед) – мышцы шеи; разгибание шеи и головы (движение назад) – мышцы верхнего отдела туловища, фиксирующиеся к шейным позвонкам и костям черепа; наклон шеи головы в правую и левую стороны-мышцы сгибатели и разгибатели данного отдела позвоночного столба со стороны наклона.	2	ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.4. Изучение мышц, участвующих в механизме вдоха и выдоха.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Мышцы, производящие движения ребер (дыхательные). Основные мышцы вдоха: наружные межреберные мышцы, диафрагма, задние зубчатые мышцы и мышцы, поднимающие ребра. Основные мышцы выдоха: мышцы живота, поперечная мышца груди и внутренние межреберные мышцы.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.5. Топографическая и функциональная характеристика мышц головы.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Мимические мышцы, особенности их строения и положения; жевательные мышцы: височная, жевательная, медиальная, латеральная крыловидные мышцы. Участие жевательных мышц в движениях нижней челюсти: поднятие и опускание, движения.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.6. Топографическая характеристика мышц верхней конечности.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Мышцы плечевого пояса: дельтовидная, надостная, подостная, малая и большая круглые, подлопаточная. Мышцы кисти: мышцы возвышения первого пальца, мышцы возвышения пятого пальца и ладонной впадины, их функциональная характеристика.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Изучение группы мышц, производящих движения плечевого пояса.	2	
	Практическое занятие. Мышцы, производящие движения плеча.	2	
Тема 3.7. Мышцы, производящие движения предплечья и кисти.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Мышцы, производящие движения предплечья: сгибание – мышцы, пересекающие поперечную ось и лежащие спереди от нее; разгибание – мышцы, пересекающие эту же ось, но лежащие сзади от нее; пронацию – мышцы, пересекающие вертикальную ось, и прикрепляющиеся кнаружи от нее; супинацию – мышцы, пересекающие ту же ось, но прикрепляющиеся внутри от нее.	1	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.8. Топографическая характеристика мышц нижней конечности.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Особенности строения мышц нижней конечности. Мышцы тазобедренной области. Мышцы бедра. Мышцы голени.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		
Тема 3.9. Изучение функциональной группы мышц, производящих движения бедра.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Функциональная характеристика мышц нижней конечности. Характеристика мышц, производящих движения нижней конечности. Мышцы, производящие движения в тазобедренном суставе.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.10. Изучение функциональных групп мышц, производящих движения голени и стопы.	Содержание учебного материала	3	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Сгибание и разгибание: мышцы, пересекающие поперечную ось вращения в коленном суставе и лежащие соответственно спереди и сзади от неё; 2)отведение и приведение мышцы, пересекающие сагиттальную ось вращения в коленном суставе и лежащие соответственно снаружи и внутри от неё; 3) вращение внутрь и снаружи – мышцы, пересекающие вертикальную ось вращения и расположенные соответственно спереди и сзади от неё (тонкая, портняжная, полу сухо жильная, полуперепончатая, подколенная мышцы и медиальная головка икроножной мышцы, двуглавая мышца бедра, латеральная головка икроножной мышцы).	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Функциональная характеристика мышц нижней конечности.	2	
Раздел 4. Анатомический анализ положения тела и движения тела в пространстве.		6	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.

Тема 4.1. Основные принципы положения и движения тела человека. Анатомическая характеристика положения тела «Стоя». Осанка.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Последовательность анатомического анализа: краткое описание положения тела в пространстве (положение туловища, головы, верхних и нижних конечностей). Основные законы механики, используемые при анализе положений и движений тела: действующие силы – сила тяжести, сила реакции опоры, сила мышц, их величина, направление и точка приложения. Понятие о центре тяжести тела, виды равновесия. Площадь опоры. Степень устойчивости тела. Анализ работы двигательного аппарата.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Анатомическая характеристика положений тела «Мост», «Вис».	2	
	Практическое занятие. Анатомическая характеристика движения тела и анализ «Ходьба», «Прыжок», «Бег».	2	
Раздел 5. Внутренние органы.		12	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 5.1. Общая характеристика внутренних органов. Строение и функции систем пищеварительной системы (полость рта, глотка, пищевод, желудок).	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия внутренних органов как системы обеспечения двигательной деятельности человека и значение их изучения для преподавателей физического воспитания. Общее понятие о внутренних органах и их классификация (по развитию, по строению и функции). Общие данные о строении трубчатых (полых) органов. Особенности строения стенки пищеварительного канала. Слизистая оболочка, подслизистая основа. Мышечная оболочка. Адвентициальная и серозная оболочки. Строение паренхиматозных органов. Классификация желез. Факторы, влияющие на положение и форму внутренних органов. Влияние физических упражнений и спорта на внутренние органы. Ориентиры для проекции внутренних органов. Пищеварительная система. Общая анатомия пищеварительной системы и её функциональное значение. Ротовая полость, стенки, ротовой полости. Органы ротовой полости: язык, зубы, их строение и функция. Смена зубов. Десны. Железы полости рта: околоушная, поднижнечелюстная, подъязычная, мелкие железы, их строение и функции. Глотка. Топография и функции глотки, Связь глотки с пищеварительной и дыхательной системами и средним ухом	2	

	(барабанной полостью). Пищевод. Особенности строения пищевода, его топография и проекция на поверхность тела. Желудок. Строение и функции желудка. Проекция желудка на поверхность тела.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 5.2. Строение и функции систем пищеварительной системы (кишечник, пищеварительные железы).	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Тонкая кишка. Строение тонкой кишки в связи с выполняемой ею функцией. Части тонкой кишки, их топография. Рельеф слизистой оболочки тонкой кишки. Ворсинки, их форма, строение, функция, Лимфоидные образования тонкой кишки. Железы тонкой кишки. Мышечная оболочка тонкой кишки. Отношение к брюшине. Проекция тонкой кишки на поверхность тела. Толстая кишка. Функции толстой кишки. Отделы толстой кишки, топография, отношение к брюшине. Особенности строения слизистой мышечной и серозной оболочек толстой кишки. Физиологические сфинктеры толстой кишки. Проекция отделов толстой кишки и червеобразного отростка на наружную поверхность тела.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Пищеварительная система.	2	
Тема 5.3. Строение и функции дыхательной системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия дыхательной системы. Дыхательные пути. Полость носа. Строение и функции носовой полости. Гортань. Топография и функции гортани. Строение гортани: хрящи, связки, суставы, мышцы, суживающие и расширяющие голосовую щель и изменяющие напряжение голосовых связок. Голосовые складки. Трахея и бронхи. Строение, расположение и проекция трахеи бронхов. Легкие. Форма, топография и функции легких. Корень и ворота легкого. Ветвление бронхов в легком. Доли, сегменты и долики легкого. Понятие о ацинусе и альвеолах.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 5.4. Строение и функции мочевыделительной системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия и функции мочевой системы. Почка. Функция, топография, внешнее строение, оболочки и фиксирующий аппарат почки. Внутреннее строение почки. Внутреннее строение почки (макро- и микроскопическое). Нефрон - структурная и функциональная единица почки. Особенности кровообращения в почке. Проекция почек на наружную поверхность тела. Мочеточник, его топография, отношение к брюшине, строение сужения. Мочевой пузырь: форма, положение, строение стенки, отношение к брюшине к соседним органам.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 5.5. Строение и функции половой системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Половая система. Общая анатомия мужских половых органов, их строение и функция. Яичко, придаток яичка. Мошонка. Семенной канатик. Семявыносящий и семявыбрасывающий протоки. Семенной пузырек. Предстательная железа. Наружные мужские половые органы. Общая анатомия женских половых органов. Яичник, его форма, топография и строение. Циклические и возрастные изменения яичника. Маточные трубы, их строение и функциональное значение. Матка, ее части, строение, топография, отношение к брюшине. Связки матки. Наружные женские половые органы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 6. Сосудистая система.		12	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 6.1. Строение и функции сосудистой системы. Внешнее и внутреннее строение сердца.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Сосудистая система как система обеспечения двигательной деятельности человека. Классификация сосудистой системы человека. Кровеносная система. Общая характеристика кровеносной системы, круги кровообращения (малый и большой) и их функциональное значение. Кровеносные сосуды. Закономерности хода кровеносных сосудов в организме человека. Строение стенки артерии, капилляра, вены. Взаимосвязь структуры и функции кровеносных сосудов. Сердце. Форма, размеры, положение сердца. Проекция границ сердца на наружную поверхность грудной клетки. Камеры (полости) сердца. Строение предсердий и желудочков сердца. Клапаны сердца - створчатые и полулунные. Сосочковые мышцы. Сосуды, приносящие кровь в сердце и выносящие из него. Венечный синус. Проводящая система сердца.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Анатомия сердца.	2	
Тема 6.2. Артерии и вены большого и малого круга кровообращения.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Артерии и вены. Аорта и её части: восходящая дуга, нисходящая (грудная аорта и брюшная аорта), венечные артерии сердца (правая и левая). Основные ветви дуги аорты: плечеголовной ствол, левая общая сонная артерия, левая подключичная артерия. Артерии шеи и головы: сонные	2	

		артерии (общая, наружная и внутренняя). Наружная сонная артерия, её основные ветви (поверхностная височная, верхнечелюстная, лицевая) и области кровоснабжения. Внутренняя сонная артерия, ее ветви (передняя и средняя мозговые артерии и задняя соединительная артерия) и области кровоснабжения. Анастомозы внутренней сонной артерии. Подключичная артерия, её топография, области кровоснабжения. Позвоночная артерия. Базиллярная артерия, задние мозговые артерии. Артериальный круг большого мозга. Артерии верхней конечности: подмышечная, плечевая, лучевая и локтевая, их ход и области кровоснабжения. Ладонные (поверхностная и глубокая) артериальные дуги. Общие и собственные пальцевые артерии, их ход и области кровоснабжения. Артерии туловища. Грудная часть аорты, её пристеночные (межреберные) и внутренностные артерии, анастомозы между ними и области кровоснабжения. Брюшная часть аорты, её пристеночные артерии (поясничные и нижняя диафрагмальная) и внутренностные артерии - парные (средняя надпочечная, почечная и яичковая (яичниковая) артерии и непарные (чревный ствол, верхняя и нижняя брыжеечные артерии). Конечные ветви брюшной части аорты. Общие подвздошные и средняя крестцовая артерии. Наружная и внутренняя подвздошные артерии, их ход и области кровоснабжения. Артерии нижней конечности: бедренная артерия, подколенная артерия передняя и задняя большеберцовые артерии, их ход, области кровоснабжения.		
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
		Практическое занятие. Артерии большого круга кровообращения. Вены большого круга кровообращения.	2	
Тема 6.3. Вены большого круга кровообращения.	Вены круга	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
		Вены. Общая анатомия венозной системы. Система верхней поллой вены, источники её формирования, проекция на наружную поверхность тела груди. Внутренняя, наружная и передняя яремные вены: их образование, ход проекция на наружную поверхность тела. Поверхностные и глубокие вены верхней конечности. Подмышечная и подключичные вены, их притоки и ход. Плечеголовые вены и источники их образования. Венозный угол и его функциональное значение. Межреберные вены. Непарная и полупарная вены. Система нижней поллой вены. Нижняя полая вена, расположение и источники её образования. Поверхностные и глубокие вены нижней конечности. Наружная и внутренняя подвздошные	2	

	вены, источники их образования Общая подвздошная вена. Пристеночные ветви нижней полой вены: поясничные, нижняя диафрагмальная. Внутренностные ветви нижней полой вены: яичковая (яичниковая), почечная, надпочечная, печеночные. Воротная вена: источники её образования, ход и функциональное значение. Особенности кровообращения в печени. Проекция крупных вен на поверхность тела: верхняя полая вена, яремные вены, лицевая вена, поверхностные вены конечностей. Влияние физических упражнений и спорта на сердце и сосуды. В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 6.4. Строение и функции лимфатической системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия лимфатической системы. Функции лимфатической системы. Лимфа. Основные отличия лимфы, от крови Факторы, способствующие движению лимфы. Лимфатические капилляры, лимфатические сосуды, лимфатические протоки (грудной и правый), источники их образования, топография, функциональное значение. Лимфоидные органы. Лимфатические узлы, их строение, функциональное значение, топография.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 7. Железы внутренней секреции.		2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 7.1. Строение и функции желез внутренней секреции.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия желез внутренней секреции. Шишковидное тело, гипс щитовидная, паращитовидные, вилочковая железы, надпочечники, половые и поджелудочные железы, их расположение, макро- и микроскопическое строение; основные гормоны и морфологические проявления в организме человека при пониженной и повышенной функции этих желез.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 8. Нервная система.		18	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 8.1. Строение и	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11.,

функции нервной системы.	Роль нервной системы в объединении частей организма в единое целое и установлении связи с внешней средой. Строение нервной системы – нервная ткань (нейрон и клетки нейроглии. Серое и белое вещество мозга. Ядра и узлы нервной системы. Нервные волокна, пучки, корешки. Рефлекс, его морфологическая основа, рефлекторное кольцо. Классификация нервной системы соответственно строению и разделению на соматическую и вегетативную (автономную) и по топографическому принципу на центральную и периферическую.	2	ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.2. Строение спинного мозга.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Спинной мозг. Форма, топография, внешнее строение и функциональное значение спинного мозга. Оболочки спинного мозга. Нервный сегмент, его важнейшие элементы: корешки, спинномозговые узлы, спинномозговые нервы. Внутреннее строение спинного мозга: белое и серое вещество, центральный канал, ретикулярная формация.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Анатомия спинного мозга.	2	
Тема 8.3. Строение и функции стволовой части головного мозга.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Головной мозг. Общий обзор головного мозга. Отделы головного мозга. Стволовая часть головного мозга. Черты сходства и различия спинного и головного мозга. Развитие большого мозга. Продолговатый мозг. Внешнее и внутреннее строение продолговатого мозга. Ядра продолговатого мозга, проводящие пути и их функции. Задний мозг. Мост, его расположение и строение. Мозжечок, его форма, расположение, строение. Ножки мозжечка, их состав. Ромбовидная ямка и четвертый желудочек мозга. Средний мозг. Ножки мозга, покрывка среднего мозга, их строение, ядра и проводящие пути. Водопровод мозга. Промежуточный мозг. Зрительный бугор, подбугорная, забугорная, надбугорная области, их строение и функциональное значение. Третий желудочек, его расположение, строение, функция. Ретикулярная формация, её расположение, строение, функция. Конечный мозг. Внешнее и внутреннее строение конечного мозга.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.4. Строение полушарий головного мозга.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1.,
	Полушария большого мозга. Плащ, обонятельный мозг. Мозолистое тело. Внешнее строение полушарий большого мозга; поверхности, борозды,	2	

	доли и извилины. Внутреннее строение полушарий большого мозга. Кора полушарий. Учение о локализации корковых центров. Белое вещество конечного мозга. Базальные ядра полушарий - хвостатое, чечевицеобразное ядра, ограда и миндалевидное ядро. Внутренняя и наружная капсулы. Боковые желудочки мозга. Спинномозговая жидкость и её функциональное значение. Проводящие пути головного и спинного мозга.		ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.5. Строение и функции периферической нервной системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия периферической нервной системы (спинномозговые и черепные нервы).	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.6. Строение и функции спинномозговых нервов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Источники формирования спинномозгового нерва. Ветви спинномозгового нерва (задняя, передняя, оболочечная и соединительная), их положение и функциональная характеристика. Задние ветви спинномозговых нервов, их ход и области иннервации. Передние ветви спинномозговых нервов, их отличия от задних ветвей. Образование сплетений. Межреберные нервы и их образование, расположение и области иннервации. Шейное сплетение: формирование, положение, основные ветви (кожные – к коже затылочной области, ушной раковины, переднелатеральной поверхности шеи, двигательные – к мышцам шеи и смешанная – диафрагмальный нерв), их ход и области иннервации. Плечевое сплетение: формирование, положение, короткие ветви (к мышцам и коже плечевого пояса), длинные ветви (мышечно-кожный, срединный, локтевой, лучевой, кожные нервы плеча и предплечья), их ход и область иннервации. Групповая иннервация мышц и областей кожи. Поясничное сплетение: формирование, расположение, короткие ветви (к коже и мышцам нижней трети живота и к половым органам). Длинные ветви (бедренный, запирательный нервы, наружный кожный нерв бедра), их ход и области иннервации.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.7. Строение и функции черепных нервов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Классификация черепных нервов (чувствительные, двигательные, смешанные, содержащие парасимпатические нервные волокна). Обонятельный, зрительный, глазодвигательный, блоковой, тройничный,	2	

	отводящий, лицевой, преддверно-улитковый, языко-глоточный, блуждающий, добавочный и подъязычный нервы; расположение ядер, места выхода из мозга, из полости черепа и области иннервации.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 8.8. Строение и функции вегетативной нервной системы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия и классификация вегетативной нервной системы, центральный и периферический отделы. Морфологические отличия вегетативной нервной системы от соматической (по расположению центров, отхождению нервных волокон, строению рефлекторной дуги и наличию периферических узлов). Симпатическая и парасимпатическая нервная система, их отличия друг от друга (по строению, функции и реакции на действия фармакологических веществ). Симпатическая нервная система. Центральный отдел: ядра боковых рогов последнего шейного, грудных и трех верхних поясничных сегментов спинного мозга. Периферический отдел: симпатический ствол, нервы, отходящие от шейного, грудного, поясничного и крестцового отделов симпатического ствола, особенности их хода и области иннервации. Парасимпатическая нервная система: центральный отдел: парасимпатические ядра среднего, продолговатого, мозга и крестцовых сегментов спинного мозга. Периферический отдел: парасимпатические волокна черепных и тазового нервов и вегетативные узлы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 9. Сенсорные системы.		8	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
Тема 9.1. Строение и функции сенсорных систем. Зрительная сенсорная система.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Общая анатомия сенсорных систем в свете Павловского учения об анализаторах. Морфологическая основа сенсорных систем (анализаторов). Органы чувств – периферические части сенсорных систем (анализаторов). Зрительная сенсорная система. Зрительная сенсорная система, её части и их функциональное значение. Глаз – периферическая часть зрительного анализатора. Глазное яблоко. Оболочки глазного яблока – фиброзная, сосудистая, сетчатая. Рецепторы сетчатой оболочки.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 9.2. Строение и	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11.,

функции слуховой и вестибулярной сенсорных систем.	Ухо – периферическая часть слуховой и вестибулярной сенсорных систем. Орган слуха. Наружное и среднее ухо – анатомические образования, концентрирующие и проводящие звуковые волны (ушная раковина, наружный слуховой проход, барабанная перепонка, полость среднего уха, слуховые косточки). Внутреннее ухо – рецепторная часть слуховой и вестибулярной сенсорных систем (улитка, преддверие, полукружные каналы). Проводниковая и центральная части слуховой и вестибулярной сенсорных систем.	2	ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 9.3. Строение и функции тактильной и двигательной сенсорных систем.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Кожа – периферическая часть тактильной, температурной и болевой сенсорных систем. Строение кожи: эпидермис, собственно кожа, подкожная клетчатка. Функции кожи. Производные кожи, волосы, ногти, потовые, сальные, молочные железы. Рецепторы кожи, их строение и локализация. Проводниковые и центральные части тактильной сенсорной системы (путь тонкого и клиновидного пучков, подкорковые центры, кора задней извилины), болевой и температурной сенсорных систем (спинно-бугорный путь, кора задней центральной извилины). Двигательная сенсорная система. Периферическая часть двигательной сенсорной системы: проприорецепторы мышц, сухожилий, связок, суставных сумок, проводниковая и центральная части двигательной сенсорной системы: проприорецептивные пути, корковые и подкорковые (сознательные и рефлекторные), тонкий и клиновидный канатики. Спинно-мозжечковый пути, кора задней и передней центральных извилин, мозжечок.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 9.4. Строение и функции температурной, болевой, обонятельной, вкусовой сенсорных систем.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 11., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1., ПК 3.3., ПК 3.5.
	Температурная сенсорная система. Болевая сенсорная система. Обонятельная сенсорная система. Периферическая часть обонятельной сенсорной системы, обонятельная область слизистой оболочки полости носа, ее строение и рецепторный аппарат. Вкусовая сенсорная система. Периферическая часть вкусовой сенсорной системы: вкусовые сосочки языка, их строение, рецепторы и функции.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Анатомия как наука и предмет преподавания. Развитие анатомии. 2. Клетка. 3. Ткани. Общая характеристика тканей и их классификаций. Эпителиальная и соединительная ткани. 4. Особенности строения и функции мышечной и нервной ткани. 5. Краткие сведения об индивидуальном развитии организма. Внутриутробный и внеутробный периоды развития. 6. Основные закономерности роста и развития организма человека. Возрастная морфология, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи. 7. Определение антропометрических показателей, их оценка с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживание динамики изменений. 8. Аппарат движения. Характеристика скелета. 9. Кости черепа и их соединения. 10. Скелет верхних конечностей. 11. Скелет нижних конечностей. 12. Общая анатомия скелетных мышц. 13. Топографическая характеристика мышц туловища (мышцы спины, груди и живота). 14. Функциональная характеристика мышц туловища. Мышцы, участвующие в движениях позвоночного столба и головы. 15. Изучение мышц, участвующих в механизме вдоха и выдоха. 16. Топографическая и функциональная характеристика мышц головы. 17. Топографическая характеристика мышц верхней конечности. 18. Мышцы, производящие движения предплечья и кисти. 19. Топографическая характеристика мышц нижней конечности. 20. Изучение функциональной группы мышц, производящих движения бедра. 21. Изучение функциональных групп мышц, производящих движения голени и стопы. 22. Основные принципы положения и движения тела человека. Анатомическая характеристика положения тела «Стоя». Осанка. 23. Общая характеристика внутренних органов. Строение и функции систем пищеварительной системы (полость рта, глотка, пищевод, желудок). 24. Строение и функции систем пищеварительной системы (кишечник, пищеварительные железы). 25. Строение и функции дыхательной системы. 26. Строение и функции мочевыделительной системы. 27. Строение и функции половой системы. 28. Строение и функции сосудистой системы. Внешнее и внутреннее строение сердца.	46	

29. Артерии и вены большого и малого круга кровообращения.		
30. Вены большого круга кровообращения.		
31. Строение и функции лимфатической системы.		
32. Строение и функции желез внутренней секреции.		
33. Строение и функции нервной системы.		
34. Строение спинного мозга.		
35. Строение и функции стволовой части головного мозга.		
36. Строение полушарий головного мозга.		
37. Строение и функции периферической нервной системы.		
38. Строение и функции спинномозговых нервов.		
39. Строение и функции черепных нервов.		
40. Строение и функции вегетативной нервной системы.		
41. Строение и функции сенсорных систем. Зрительная сенсорная система.		
42. Строение и функции слуховой и вестибулярной сенсорных систем.		
43. Строение и функции тактильной и двигательной сенсорных систем.		
44. Строение и функции температурной, болевой, обонятельной, вкусовой сенсорных систем.		
Консультации	10	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	168	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Лаборатория физической и функциональной диагностики: весы, ростометр, сантиметр, тонометр, кардиограф, холодильник, облучатель бактерицидный, процедурный столик, медицинская кушетка, аптечка первой помощи; раковина с подводкой холодной и горячей воды; весы медицинские; лента измерительная; фонендоскоп; мяч баскетбольный; мяч волейбольный; мяч теннисный; эспандеры; мешочки с песком (0.5–1 .0 кг); набор мелких предметов (для разработки движений в пальцах кисти), эластичные (резиновые) бинты, секундомер, динамометр ручной.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14057-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/56205>

2. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 353 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18058-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562157>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Любимова, З. В. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18032-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561210>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Костянчук В.Л., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физиология с основами биохимии» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Физиология с основами биохимии» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 12. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой.	физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; регулирующие функции нервной и эндокринной систем; роль центральной нервной системы в регуляции движений; особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; биохимические основы развития физических качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма; методы контроля.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	168
в т.ч. в форме практической подготовки	32
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	122
лекции	80
лабораторно-практические занятия	32
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	46
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физиологии и биохимии.		10	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Предмет и задачи физиологии и биохимии. История развития физиологии и биохимии. Методы исследования.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Предмет и задачи физиологии и биохимии. Классификация физиологических дисциплин. Связь физиологии и биохимии с другими науками. Методы физиологических и биохимических исследований. Развитие отечественной физиологии и биохимии. Основные направления современной физиологии и биохимии.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Понятие о метаболизме, гомеостазе, физиологической адаптации человека.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основные физиологические понятия метаболизм, гомеостаз, физиологическая адаптация. Организм, физиологические функции; обмен веществ как основная функция организма. Внешняя среда и гомеостаз. Рефлекс. Понятие о функциональной системе организма.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Особенности физиологии детей, подростков и молодежи.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие о росте и развитии; их характеристика. Современные представления о физиологии детей, подростков и молодежи.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.4. Возрастные особенности биохимического состояния организма. Измерение и оценка	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Возрастные периоды их характеристика: дети, подростки и юноши. Биохимические и физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека. Физическое развитие. Вегетативные функции Дыхание. Сердечно-сосудистая система. Обмен	2	

физиологических показателей организма человека.	веществ.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Периодизация и гетерохронность развития. Сенситивные периоды. Влияние наследственности и окружающей среды на развитие организма. Акселерация эпохальная и индивидуальная, биологический и паспортный возраст.	2	
Раздел 2. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.		74	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Пищеварение в ротовой полости. Пищеварение в желудке.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Значение пищеварения и его функции. И.П. Павлов – создатель учения о пищеварении. Пищеварение в ротовой полости. Механическая и химическая обработка пищи. Состав, количество, свойства, ферменты. Регуляция слюноотделения. Глотание. Пищеварение в желудке. Двигательная деятельность желудка. Состав, количества и свойства желудочного сока, его ферменты. Регуляция их образования и выделения. Роль соляной кислоты в пищеварении. Фазы желудочной секреции: сложнорефлекторная и гуморальная.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.2. Пищеварение в кишечнике. Всасывание.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Пищеварение в кишечнике. Пищеварение в двенадцатиперстной кишке. Состав, количество и свойства поджелудочного сока. Механизм регуляции секреторной функции поджелудочной железы. Состав, количество и свойства желчи её значение для пищеварения. Пищеварение в тонких и толстых кишках; состав, количество и свойства кишечного сока, механизм, его секреции. Пристеночное пищеварение. Всасывание. Ворсинки как орган всасывания. Процессы в разных отделах пищеварительного тракта.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изучение пищеварительных свойств слюны.	2	
Тема 2.3. Понятие о внешней и внутренней среде организма.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Понятие о внешней и внутренней среде организма. Значение крови. Кровь и лимфа как внутренняя среда организма. Количество крови, ее состав,	2	

Состав крови.	основные функции. Депо крови.		ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.4. Плазма крови и форменные элементы крови. Органы кроветворения. Лимфа.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Плазма крови и форменные элементы крови. Состав и свойства плазмы крови; поддержание постоянства ее состава, осмотического давления, кислотно-щелочная среда. Форменные элементы крови. Эритроциты, их строение, количество, функции. Гемоглобин, его количество, свойства и значение. СОЭ. Понятие о группах крови. Переливание крови. Лейкоциты, их виды, функции, количество. Лейкоцитарная формула. Лейкоцитоз и лейкопения. Фагоцитоз. Иммуные свойства крови. Тромбоциты их виды, функции, количество. Понятие о физиологическом механизме свертывания крови. Понятие о лимфе, ее образовании, функциях. Состав лимфы. Структура лимфатической системы. Механизм образования лимфы. Движения лимфы. Регуляция лимфатических сосудов. Органы кроветворения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Сравнение микроскопического строения крови человека и лягушки.	2	
Тема 2.5. Физиология сердца. Фазы работы сердца. Понятие о кровообращении.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие о системе кровообращения и его функциях. Сердце, его размеры, объем. Физиологические особенности сердечной мышцы. Проводящая система сердца. Рефрактерность сердечной мышцы. Фазы работы сердца. Механические явления при работе сердца. Тоны сердца. Электрокардиография. Работа сердца. Систолический и минутный объемы сердца, их зависимость от величины венозного притока и степени растяжения сердечной мышцы. Движение крови по сосудам. Кровяное давление как движущая сила кровотока Факторы, обуславливающие уровень кровяного давления. Регистрация кровяного давления: систолического, диастолического и пульсового. Линейная и объемная скорости кровотока. Время кровооборота в покое. Непрерывность тока крови. Пульс; его характеристика Движение крови по капиллярам и венам. Артериальное давление. Регуляция кровообращения. Сердечные и сосудодвигательные нервы. Условно-рефлекторные влияния на сердце и сосуды. Сосудодвигательные центры. Гуморальная регуляция кровообращения. Особенности кровообращения у детей и подростков. Увеличение с возрастом систолического, минутного объёмов сердца и его	2	

	резервных сил.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Оценка функционального состояния студента. Исследование пульса и кровяного давления в покое и после физической нагрузки.	2	
Тема 2.6. Значение дыхания. Внешнее и внутренне дыхание. Транспорт газов кровью.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Значение дыхания. Внешнее дыхание. Обмен газов в легких, перенос газов кровью, тканевое дыхание. Значение дыхания. Механизм вдоха и выдоха. Изменение объема грудной полости при вдохе и выдохе. Значение отрицательного давления в грудной полости. Жизненная емкость легких и её составляющие у людей разного возраста; факторы, обуславливающие ее величину. Частота, глубина дыхания и легочная вентиляция в покое у людей разного возраста. Легочный газообмен. Состав вдыхаемого, выдыхаемого и альвеолярного воздуха.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
	Содержание учебного материала	2	
Тема 2.7. Регуляция дыхания. Дыхание при мышечной деятельности.	Понятие о дыхательном центре. Участие других отделов центральной нервной системы в регуляции дыхания. Гуморальная регуляция дыхания. Углекислый газ как специфический раздражитель дыхательного центра.	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
	Содержание учебного материала	2	
Тема 2.8. Основы биохимического анализа для определения нагрузок при занятиях физической культурой.	Особенности дыхания при мышечной работе: изменение частоты, глубины дыхания и легочной вентиляции, артериовенозной разности и коэффициента использования кислорода. Кислородный запрос, кислородное потребление, кислородный долг.	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
	Содержание учебного материала	2	
Тема 2.9. Обмен веществ и энергии. Витамины.	Понятие об обмене веществ. Обмен энергии. Превращение энергии в организме. Энергетический баланс организма; методы его исследования. Понятие о методах прямой и непрямой калориметрии. Дыхательный коэффициент. Основной обмен. Уровни энергетического обмена: основной обмен, обмен в состоянии относительного физиологического покоя, энерготраты при мышечной работе. Расход энергии при различных условиях внешней среды. Обмен веществ и энергии при мышечной работе.	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
	Содержание учебного материала	2	

Тема 2.10. Обмен белков, жиров, углеводов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Обмен белков. Значение и функции белков; полноценные и неполноценные и неполноценные белки, схема обмена белков. Понятие об азотистом равновесии. Регуляция белкового обмена. Обмен углеводов. Энергетическое значение углеводов. Общая схема обмена углеводов. Содержание сахара в крови и механизмы его регуляция. Обмен жиров. Значение для организма. Общая схема обмена жиров. Жировое депо, регуляция жирового обмена.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.11. Общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Биохимические особенности обмена веществ и энергии, при занятиях физической культурой у детей и подростков.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.12. Биохимические основы питания.	Содержание учебного материала	8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Особенности биохимических процессов обмена веществ в организме. Процессы ассимиляции. Расход энергии на умственную и мышечную деятельность. Энергетическая ценность пищи, а также расход энергии.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие. Определение суточного расхода энергии.	2	
	Практическое занятие. Составление личного суточного рациона питания.	2	
	Практическое занятие. Составление суточного рациона питания спортсмена. (Вид спорта по выбору).	2	
Тема 2.13. Терморегуляция.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Температура тела и кожи у человека. Механизм поддержания постоянства температуры тела. Терморегуляционное поведение: использование жилища и одежды для сохранения постоянства температуры тела. Химическая терморегуляция. Физиологические механизмы теплообразования (терморегуляционный тонус, холодовая дрожь). Физическая активность специфическое динамическое действие пищи). Физическая терморегуляция. Физиологические механизмы отдачи тепла организмом человека: теплоты с введением, теплоизлучением, конвекцией, испарением влаги с кожных покровов. Роль кожных сосудистых реакций в теплоотдаче. Регуляция теплообмена. Терморегуляция при мышечной работе.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

Тема 2.14. Физиология мочеобразования и выделения.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Общая характеристика выделительной функции у человека, её значение. Органы выделения. Почки их функции. Процесс мочеобразования: фильтрация и реабсорбция. Состав и количество мочи. Регуляция мочеобразования и мочевыделения. Энурез, его причины и меры профилактики. Влияние мышечной работы на функции почек. Изменения в моче при мышечной работе. Потоотделение. Потовые железы, их виды и функции. Значение потоотделения. Виды потоотделения (эмоциональное и термическое), их регуляция. Топография потоотделения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.15. Регулирующие функции эндокринной системы.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятия о железах внутренней секреции. Их роль в жизнедеятельности организма, методы исследования их функций. Гормоны, их значение, характеристика и механизмы действия. Гормоны как факторы регуляции функций организма. Функции желез внутренней секреции, выделяемые ими гормоны и их действие Гипофиз. Щитовидная железа. Поджелудочная железа. Надпочечники, половые железы. Патологические состояния, возникающие при гипо- или гиперфункции отдельных желез. Регуляция деятельности желез, внутренней секреции.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изменения эндокринных функций при различных состояниях.	2	
Тема 2.16. Раздражимость, раздражение. Возбудимость, возбуждение. Биоэлектрические явления в тканях. Законы раздражения.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Раздражимость, раздражение, раздражители. Классификация раздражителей по биологическому значению (адекватные и неадекватные), по энергетической природе (электрические, химические, радиационные и т.п.), по силе (подпороговые, пороговые, надпороговые). Понятие о возбудимости и возбуждении. Биоэлектрические явления в тканях. Биоэлектрические явления в живой ткани; история их изучения и современные представления об их природе. Понятие о мембранном потенциале клетки и механизмы его поддержания. Законы раздражения. Закономерности ритмического возбуждения. Реобаза и хронаксия. Изменение уровня возбудимости ткани при возникновении и развитии волны возбуждения. Абсолютная и относительная рефрактерность, экзальтация, субнормальность. Функциональная подвижность, или лабильность. Н.Е. Вернадский. Закономерности	2	

	ритмического возбуждения.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.17. Нервные центры и их свойства. Регулирующие функции нервной системы. Процесс торможения в ЦНС. Координирующая роль ЦНС.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Нейрон - структурная и, функциональная единица нервной системы. Строение нейрона, функции и классификация нейронов. Нейроглия. Понятие о синапсах: механизм передачи возбуждения в них. Понятие о медиаторах. Структура и функции нервных волокон, их классификация. Рефлекторный характер деятельности центральной нервной системы. Рефлекс Рефлекторная дуга. Характеристика отдельных звеньев рефлекторной дуги; рефлекторное кольцо. Безусловные и условные рефлексы. Виды рефлексов. Понятие о нервных центрах. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Утомление нервных центров. Процесс торможения в центральной нервной системе. Открытие центрального торможения (И.М. Сеченов). Современные представления о физиологической основе торможения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Координация деятельности ЦНС. Изучение контролирующей функции нервной системы.	2	
Тема 2.18. Спинной мозг и его функции.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Строение белого и серого вещества. Функционирование и координирующая роль. Принципы обратной и прямой связи.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.19. Функции стволовой части головного мозга.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Головной мозг. Функциональное значение отдельных частей головного мозга. Продолговатый мозг. Мозжечок его связи со спинным мозгом. Варолиев мост. Средний мозг, его значение в регуляции мышечного тонуса. Промежуточный мозг. Понятие о ретикулярной формации стволовой части головного мозга. Лимбическая система.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.20. Функции полушарий головного мозга.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Локализация функций в коре больших полушарий. Сенсорные, ассоциативные и моторные зоны коры. Роль коры больших полушарий головного мозга в системном управлении физиологическими реакциями человека. Вегетативная нервная система. Симпатический и парасимпатический отделы вегетативной нервной системы. Центры	2	

	вегетативных нервов.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Определение типа высшей нервной деятельности человека.	2	
Тема 2.21. Понятие об анализаторах. Зрительный анализатор.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие об анализаторах. Роль анализаторов в познании окружающего мира. Структура анализаторов: периферический отдел (рецептор), проводящие пути и корковый отдел. Характеристика рецепторной части, анализаторов. Общие закономерности в деятельности анализаторов. Зрительный анализатор. Оптический аппарат глаза. Аккомодация и ее механизм. Рефракция и ее аномалии: близорукость, дальновзоркость. Функциональное значение палочек и колбочек. Цветовое зрение.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.22. Слуховой и вестибулярный анализаторы.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Слуховой анализатор. Звукопроводящий и звуковоспринимающий аппарат уха. Факторы, определяющие чувствительность слухового аппарата. Возрастные особенности слухового анализатора. Значение слухового анализатора для спортивной деятельности. Вестибулярный анализатор. Структура периферического отдела, нервные центры. Рефлексы, возникающие при раздражении вестибулярного аппарата.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.23. Двигательный анализатор. Вкусовой, кожный, обонятельный анализаторы.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Двигательный анализатор, его рецепторы, регуляция его чувствительности. Роль специальных физических упражнений в повышении устойчивости двигательного анализатора. Кожный анализатор. Рецепторы кожи. Болевая чувствительность. Температурная чувствительность. Тактильная чувствительность. Обонятельный анализатор, его значение.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная.	2	
Тема 2.24. Образование и торможение условных рефлексов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Торможение условных рефлексов. Безусловное (внешнее) торможение и его виды: индукционное и запредельное. Условное (внутреннее) торможение и его виды: угасание, дифференцированное, условный, тормоз, запаздывание.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.25. Строение двигательного аппарата. Механизмы нервно-мышечной передачи.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Структура двигательного аппарата человека. Двигательная единица – основной структурный и функциональный элемент. Мотонейрон. Основные свойства и функции поперечнополосатых мышц. Механизм нервно-мышечной передачи. Сокращение поперечнополосатой мышцы. Теория мышечного сокращения. Одиночные и тетанические сокращения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.26. Работа скелетных мышц.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Работа скелетных мышц. Сокращение и напряжение скелетной мышцы. Режимы мышечной деятельности: изотонический, изометрический.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.27. Сила скелетных мышц. Роль центральной нервной системы регуляции движений.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Сила мышц: максимальная, относительная, абсолютная, максимальная производная сила. Факторы, определяющие силу мышц. Работоспособность мышц. Влияние темпа и величины нагрузки на уровень работоспособности мышцы. Коэффициент полезного действия мышц. Утомление мышц. Изменение силы, амплитуды и скорости сокращения мышц при утомлении. Тонические рефлексy. Понятие о тонусе, его механизмах и регуляции.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 3. Физиология физических упражнений.		20	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Предмет и задачи физиологии физических упражнений. Биохимический механизм формирования двигательного навыка.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Предмет и задачи физиологии физических упражнений; история ее развития. Общие физиологические механизмы и биохимические основы развития двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Особенности биохимического механизма формирования двигательного навыка. Биомеханический механизм и физиологическое состояние фазы формирования двигательного навыка. Устойчивость двигательного навыка и длительность его сохранения после прекращения тренировки.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Виды	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12.,

мышечной работы. Физиологическое состояние организма в разные периоды выполнения мышечной работы.	Классификация и характеристика видов мышечной работы. Принципы классификации (по особенностям управления движениями по доступности упражнений и в связи с возрастом, по характеру усилий и мощности выполняемой работы, по характеру условий выполнения движений – стабильные и переменчивые, по степени сложности и срочности переработки информации об условиях решения данной двигательной задачи). Стереотипные (стандартные) и ситуационные (нестандартные) движения. Физиолого-биохимическая характеристика циклической работы разной мощности.	2	ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Функциональные изменения в организме при выполнении упражнений умеренной интенсивности. Оценка физической работоспособности.	2	
Тема 3.3. Предстартовое и стартовое состояние, разминка. Вербатывание.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Предстартовые и стартовые состояния; их возникновения. Разновидности предстартового состояния. Характер функциональных изменений в организме в зависимости от разновидности предстартового состояния. Факторы, определяющие разновидность предстартового состояния. Способы формирования состояния «боевой готовности». Особенности формирования этих состояний у детей и подростков. Разминка. Ее значение. Виды разминки: общая и специальная; их характеристика. Изменения функционального состояния центральной нервной системы и двигательного аппарата. Значение интенсивности разминки и длительности отдыха между разминкой и началом основной работы. Физиология вербатывания.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Физиологический анализ разминки.	2	
Тема 3.4. Устойчивое состояние. «Мертвая точка» и «второе дыхание». «Утомление». Восстановительный период.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Устойчивое состояние, его характеристика и разновидности. Истинно устойчивое состояние его характеристика: соответствие кислородного запроса фактическому потреблению, согласованность деятельности двигательного аппарата и вегетативных органов; восстановление энергетических ресурсов организме непосредственно в процессе работы. Кажущееся устойчивое состояние. Его характеристика: потребление кислорода на уровне «кислородного потолка» или близком к нему; нарастание кислородного долга. Особенности состояний устойчивой	2	

	работоспособности у детей и подростков.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Развитие утомления при статической и динамической нагрузке. Влияние ритма и нагрузки на развитие усталости.	2	
Тема 3.5. Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Физические нагрузки и функциональные возможности обучающихся. Виды физических нагрузок.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Определение уровня физического здоровья и функциональных возможностей организма.	2	
Тема 3.6. Физиологические закономерности двигательной активности и процессы восстановления.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Средства ускорения восстановительных процессов. Физиологические механизмы положительного влияния на восстановительные процессы режима дня, активного отдыха, массажа, водных процедур, вдыхания газовых смесей, музыки, витаминов, некоторых пищевых веществ и других раздражителей умеренной интенсивности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 4. Биохимические основы развития физических качеств.		8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Физические качества. Понятие о спортивной тренировке.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Физические качества. Спортивная тренировка как управляемый физиологический и педагогический процесс, направленный на повышение или на поддержание на высоком уровне спортивных результатов. Физиологические принципы тренировки. Физиологические показатели состояния тренированности в покое, при выполнении стандартной и предельной работы. Понятие о спортивной форме как высшей степени тренированности. Перетренированность: объективные и субъективные признаки перетренированности. Причины и механизмы возникновения этого состояния.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Определение начального тренировочного эффекта.	2	
Тема 4.2. Механизмы энергетического	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8.,
	Механизмы энергообеспечения мышечной деятельности.	2	

обеспечения различных видов.	Биохимическая и физиологическая характеристика гимнастики, лыжного спорта и плавания.	2	ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Предмет и задачи физиологии и биохимии. История развития физиологии и биохимии. Методы исследования. 2. Понятие о метаболизме, гомеостазе, физиологической адаптации человека. 3. Особенности физиологии детей, подростков и молодежи. 4. Возрастные особенности биохимического состояния организма. Измерение и оценка физиологических показателей организма человека. 5. Пищеварение в ротовой полости. Пищеварение в желудке. 6. Пищеварение в кишечнике. Всасывание. 7. Понятие о внешней и внутренней среде организма. Состав крови. 8. Плазма крови и форменные элементы крови. Органы кроветворения. Лимфа. 9. Физиология сердца. Фазы работы сердца. Понятие о кровообращении. 10. Значение дыхания. Внешнее и внутренне дыхание. Транспорт газов кровью. 11. Регуляция дыхания. Дыхание при мышечной деятельности. 12. Основы биохимического анализа для определения нагрузок при занятиях физической культурой. 13. Обмен веществ и энергии. Витамины. 14. Обмен белков, жиров, углеводов. 15. Общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой. 16. Биохимические основы питания. 17. Терморегуляция. 18. Физиология мочеобразования и выделения. 19. Регулирующие функции эндокринной системы. 20. Раздражимость, раздражение. Возбудимость, возбуждение. Биоэлектрические явления в тканях. 21. Законы раздражения. 22. Нервные центры и их свойства. Регулирующие функции нервной системы. Процесс торможения в ЦНС. Координирующая роль ЦНС. 23. Спинной мозг и его функции. 24. Функции стволовой части головного мозга. 25. Функции полушарий головного мозга. 26. Понятие об анализаторах. Зрительный анализатор. 27. Слуховой и вестибулярный анализаторы. 28. Двигательный анализатор. Вкусовой, кожный, обонятельный анализаторы.		46	

29. Образование и торможение условных рефлексов.		
30. Строение двигательного аппарата. Механизмы нервно-мышечной передачи.		
31. Работа скелетных мышц.		
32. Сила скелетных мышц. Роль центральной нервной системы регуляции движений.		
33. Предмет и задачи физиологии физических упражнений. Биохимический механизм формирования		
34. двигательного навыка.		
35. Виды мышечной работы. Физиологическое состояние организма в разные периоды выполнения		
мышечной работы.		
36. Предстартовое и стартовое состояние, разминка. Вербатывание.		
37. Устойчивое состояние. «Мертвая точка» и «второе дыхание». «Утомление». Восстановительный		
период.		
38. Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма.		
39. Физиологические закономерности двигательной активности и процессы восстановления.		
40. Физические качества. Понятие о спортивной тренировке.		
41. Механизмы энергетического обеспечения различных видов.		
Консультации	10	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	168	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Лысова, Н. Ф. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 352 с. - ISBN 978-5-16-008972-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2128060>

2. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для среднего профессионального образования / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 448 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20320-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557944>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>

3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Биохимия спорта с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 135 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19064-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/555863>
6. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 159 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17901-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565765>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

тренировочных занятиях и соревнованиях.		
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую),	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.		
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Костянчук В.Л., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Гигиенические основы физической культуры и спорта» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Гигиенические основы физической культуры и спорта» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 12. ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок; определять суточный расход энергии, составлять меню; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса; обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов.	основы гигиены различных возрастных групп занимающихся; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; понятие медицинской группы; гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; основы профилактики инфекционных заболеваний; основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся; гигиена физической культуры при проведении занятий на производстве и по месту жительства; гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий; гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся; основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов; гигиенические основы закаливания; физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании; понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и

		поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	48
в т.ч. в форме практической подготовки	10
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	32
лекции	22
лабораторно-практические занятия	10
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	16
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение.	Содержание учебного материала	1	
	Гигиена как основа здорового образа жизни и профилактики заболеваний. Методы гигиенических исследований. Гигиена физической культуры и спорта. Структура здорового образа жизни.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 1. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.		8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности детей, подростков, молодёжи.	Содержание учебного материала	3	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Возрастные особенности детей младшего школьного возраста. Гигиенические требования сохранения и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста. Задачи физического воспитания детей младшего школьного возраста.	3	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Физическая активность людей зрелого возраста.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Формы занятий физической культурой с лицами зрелого и пожилого возраста. Медицинские группы пожилых людей, занимающихся физической культурой.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Основные гигиенические	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5.,
	Гигиенические требования к составлению расписания. Гигиенические	1	

требования к учебно-воспитательному процессу в школе.	требования к классным помещениям и оборудованию. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой в школе.		ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.4. Гигиеническая характеристика основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодёжи.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Суточная двигательная активность детей и подростков. Влияние регулярных физических нагрузок на системы жизнеобеспечения подростков.	1	
	Гигиеническая характеристика урока физической культуры как основной формы физического воспитания. Гигиеническая характеристика дополнительного, факультативного и самостоятельного обучения в школе.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.5. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие медицинской группы. Гигиенические принципы организации физического воспитания учащихся с отклонениями в здоровье.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Гигиенические факторы и оздоровительные силы природы как средства физического воспитания.		16	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Личная гигиена спортсмена.	Содержание учебного материала	3	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Значение правил личной гигиены для укрепления здоровья и повышения спортивной работоспособности. Гигиенические основы режима труда, спортивной деятельности и отдыха. Уход за телом. Профилактика гнойничковых заболеваний и эпидермофитии. Гигиена зрения. Гигиена слуха.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изучение основных принципов соблюдения личной гигиены при занятиях спортом.	2	
Тема 2.2. Оздоровительные силы природы. Закаливание.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Закаливание, его роль в профилактике простудных заболеваний, повышении спортивной работоспособности. Принципы и виды закаливания. Закаливание воздухом. Воздействие воздушных ванн и	1	

	методика их применения. Закаливание водой. Воздействие водных процедур на организм.		ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.3. Гигиена одежды и обуви.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Гигиенические требования к материалам, из которых изготавливается одежда и обувь. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Уход за спортивной одеждой и обувью.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.4. Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний.	Содержание учебного материала	3	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Характеристика патогенных биологических факторов внешней среды. Значение воздуха при двигательной активности. Инфекционные заболевания и пути их распространения. Эпидемический процесс и его звенья. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета. Кровь, её роль в поддержании иммунитета. Комплекс мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Влияние факторов окружающей среды на организм.	2	
Тема 2.5. Рациональное питание.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Калорийность пищи. Расход энергии. Контроль за калорийностью пищи. Физиологическое значение белков, жиров, углеводов.	1	
	Физиологическое значение витаминов, минеральных элементов. Основные требования к режиму и рациону питания в дни соревнований. Продукты повышенной биологической ценности для спортсменов. Биологически активные пищевые добавки для питания спортсменов. Допинг.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Определение суточного расхода энергии.	2	
	Практическое занятие. Составление суточного рациона питания спортсмена.	2	
Тема 2.6. Вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.	Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основные положения применения гигиенических оздоровительно-восстановительных средств, повышающих работоспособность и ускоряющих восстановительные процессы. Методика применения гидропроцедур. Методика использования ультрафиолетовых облучений, аэроионизации, ландшафтных зон.	1	

		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.7. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, наркомании и токсикомании.		Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Курение и его отрицательное влияние на продолжительность жизни, состояние здоровья, работоспособность. Алкогольные напитки и их отрицательное влияние на организм. Социально-гигиенические аспекты алкоголизма. Наркотики и их отрицательное влияние на организм. Особенности токсикомании. Профилактика и борьба с вредными привычками.	1	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 3. Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью.			7	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Гигиенические требования к условиям внешней среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.		Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Основные факторы воздушной среды: физические свойства, химический состав, механические примеси, микроорганизмы. Физические свойства воздуха. Температура воздуха. Влажность воздуха. Движение воздуха. Атмосферное давление. Электрическое состояние воздушной среды. Химический состав воздуха. Загрязнения воздуха и борьба с ними. Влияние климатических и погодных факторов на здоровье и работоспособность спортсменов.	1	
		Гигиеническая характеристика урока физической культуры как основной формы физического воспитания. Гигиеническая характеристика дополнительного, факультативного и самостоятельного обучения в школе.	1	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных		Содержание учебного материала	1	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.5., ПК 1.7., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
		Гигиеническое значение отопления, вентиляции и освещения в спортивных сооружениях.	1	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

сооружений.			
Тема Гигиенические требования к открытым и крытым спортивным сооружениям.	3.3.	Содержание учебного материала	4
		Выбор места и ориентация зданий спортивных сооружений. Гигиенические требования к планировке спортивных сооружений. Гигиенические требования к отоплению спортивных сооружений. Гигиенические требования к вентиляции и освещению спортивных сооружений. Единицы и нормы освещённости. Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям. Гигиенические требования к открытым и крытым спортивным сооружениям. Гигиенические требования в избранном виде спорта.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Санитарно-гигиеническое обследование спортивных сооружений.	2
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности детей, подростков, молодёжи. 2. Физическая активность людей зрелого возраста. 3. Основные гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе. 4. Гигиеническая характеристика основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодёжи. 5. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. 6. Личная гигиена спортсмена. 7. Оздоровительные силы природы. Закаливание. 8. Гигиена одежды и обуви. 9. Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний. 10. Рациональное питание. 11. Вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности. 12. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, наркомании и токсикомании. 13. Гигиенические требования к условиям внешней среды при занятиях физическими упражнениями и спортом. 14. Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений. 15. Гигиенические требования к открытым и крытым спортивным сооружениям.			16
Консультации			-

Промежуточная аттестация	-	
Всего:	48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563833>

2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 159 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17901-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565765>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

деятельностью спортсменов.	типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

анализа деятельности других педагогов.		
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Костянчук В.Л., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы врачебного контроля» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Основы врачебного контроля» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 12. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок; определять суточный расход энергии, составлять меню; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса; обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов.	основы гигиены различных возрастных групп занимающихся; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; понятие медицинской группы; гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; основы профилактики инфекционных заболеваний; основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся; гигиена физической культуры при проведении занятий на производстве и по месту жительства; гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий; гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся; основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов; гигиенические основы закаливания; физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании; понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и

		поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	48
в т.ч. в форме практической подготовки	10
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	32
лекции	22
лабораторно-практические занятия	10
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	16
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в основы врачебного контроля.		8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Понятие о врачебном контроле.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие о врачебном контроле. Цели, задачи и особенности службы врачебного контроля в спорте. Показания к назначению физических нагрузок, ограничения и противопоказания к назначению нагрузок. Критерии отбора для занятия физической культурой и спортом.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Методы и организация, формы врачебного контроля.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Методы врачебного контроля. Организация врачебного контроля. Формы работы по врачебному контролю. Оценка физического развития. Методы соматоскопии и соматометрии (антропометрия). Методы индексов, стандартов, корреляции.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Функциональные методы исследования.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Функциональные методы исследования. Оценка состояния кардиореспираторной системы – электрокардиография, фоно- и поликардиография; вариационная пульсография; эхокардиография. Оценка функционального состояния внешнего дыхания: дыхательные объемы, ЖЕЛ, МВЛ, пневмотахометрия, пневмотонометрия, МПК (непрямой метод).	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Исследование и оценка физического развития.	2	
Раздел 2. Нагрузочные		10	ОК 1.- ОК 12.,

тесты и критерии контроля.			ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Велоэргометрическое тестирование.	Содержание учебного материала	8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Нагрузочные тесты и критерии контроля. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: ортостатическая проба, ходьба (произвольная и степ-тест). Типы реакции на пробы: нормотонический, астенический, гипертонический, дистонический, «ступенчатый». Типы реакции по Э.В. Земцовскому. Пробы с задержкой дыхания (Штанге, Генчи). ЭКГ-диагностика. Велоэргометрическое тестирование. Уровень безопасности тестирования. Показания и противопоказания к велоэргометрии. Методы определения МПК и PWC170. Толерантность к физической нагрузке по показателям гемодинамики и внешнего дыхания.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Лабораторное занятие. Функциональные пробы вегетативной нервной системы. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Проведение пробы Мартинэ.	2	
	Лабораторное занятие. Функциональные методы исследования сердечно-сосудистой системы. Пульсометрия. Электрокардиография. Методы углубленного исследования сердечно-сосудистой системы. Проведение комбинированной пробы Летунова. Велоэргометрическое тестирование. Проба PWC170. Оценка физической работоспособности обследуемого.	2	
Тема 2.2. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Потребность спортсменов в индивидуальной коррекции с использованием медико-биологических средств в коррекции тренировочного процесса. Определение оптимальной частоты занятий физической культурой и спортом. Интервалы отдыха между занятиями в зависимости от величины тренировочной нагрузки. Симптомы перетренированности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 3. Врачебный контроль за различными категориями граждан.		4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Врачебный контроль за детьми, подростками и	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Особенности физического развития детей, подростков и юношей. Организация врачебного контроля за уровнем физического развития	2	

юношами.	дошкольников, младших школьников, подростков.		ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Врачебный контроль за лицами старших возрастов.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Физическое развитие и состояние здоровья лиц среднего и пожилых возрастов. Медицинские группы здоровья для лиц среднего и пожилых возрастов. Формы и методы занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 4. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями.		4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Врачебно-педагогическое наблюдение. Самоконтроль спортсмена.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Врачебно-педагогическое наблюдение. Содержание и задача врачебно-педагогического наблюдения. Методы медицинского обслуживания при врачебно-педагогическом наблюдении. Наблюдение за условиями учебно-тренировочного процесса. Наблюдение за распределением занимающихся физической культурой и спортом на группы по состоянию здоровья. Наблюдение за учебно-тренировочной работой. Основные понятия самоконтроля: определение, задачи, принципы. Приемы самоконтроля. Дневник самоконтроля: содержание, правила заполнения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Врачебно-педагогические наблюдения во время занятий. Методы проведения врачебно-педагогических наблюдений.	2	
Раздел 5. Профилактика спортивного травматизма и патологических состояний.		6	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 5.1. Профилактика спортивных травм. Повреждения и заболевания наружных	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие спортивной травмы. Причины спортивных травм (нарушения режима тренировочного процесса, отсутствие страховки, выполнение сложных упражнений без должной подготовки, нарушение санитарно-технических требований в местах занятий, плохого качества спортивный	4	

покровов и опорно-двигательного аппарата.	инвентарь, занятие в состоянии утомления, умышленная грубость партнеров, недисциплинированность). Открытые повреждения. Виды и признаки открытых повреждений. Первая медицинская помощь при открытых повреждениях. Профилактика открытых повреждений. Закрытые повреждения. Виды и признаки закрытых повреждений. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях. Профилактика закрытых повреждений. Заболевания наружных покровов и опорно-двигательного аппарата спортсменов. Причины, признаки и профилактика заболеваний. Патологические состояния (виды, механизм возникновения, внешние проявления, меры профилактики и первой помощи).		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторное занятие. Причины спортивных травм. Классификация спортивных травм.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Понятие о врачебном контроле. 2. Методы и организация, формы врачебного контроля. 3. Функциональные методы исследования. 4. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Велозергометрическое тестирование. 5. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом. 6. Врачебный контроль за детьми, подростками и юношами. 7. Врачебный контроль за лицами старших возрастов. 8. Врачебно-педагогическое наблюдение. Самоконтроль спортсмена. 9. Профилактика спортивных травм. Повреждения и заболевания наружных покровов и опорно-двигательного аппарата.		16	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Лаборатория физической и функциональной диагностики: весы, ростометр, сантиметр, тонометр, кардиограф, холодильник, облучатель бактерицидный, процедурный столик, медицинская кушетка, аптечка первой помощи; раковина с подводкой холодной и горячей воды; весы медицинские; лента измерительная; фонендоскоп; мяч баскетбольный; мяч волейбольный; мяч теннисный; эспандеры; мешочки с песком (0.5–1 .0 кг); набор мелких предметов (для разработки движений в пальцах кисти), эластичные (резиновые) бинты, секундомер, динамометр ручной.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542547>

2. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542547>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563435>
6. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563833>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно»
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

тренировочных занятиях и соревнованиях.		
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую),	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.		
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.05 ПЕДАГОГИКА**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Сновидова М.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Педагогика» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Педагогика» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 12. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.4. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания; анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления; находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования.	взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития; значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности; принципы обучения и воспитания; особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных организаций, на различных ступенях образования; формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения; психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания; понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику; особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения; средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	129
в т.ч. в форме практической подготовки	14
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	96
лекции	56
лабораторно-практические занятия	14
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	16
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	33
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 5 семестре, курсовая работа в 5 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Общие основы педагогики.		14	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	История становления и развития педагогической науки. Возникновение и становление педагогической науки- науки о воспитании. Этапы развития педагогической науки. Педагогическая мысль в разные исторические периоды: донаучный, промежуточный, научный.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Роль самообразования и саморазвития в становлении педагога-профессионала.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Профессиональное становление и развитие педагога. Педагогическая профессия в системе профессий. Возникновение и развитие педагогической профессии. Мотивы выбора педагогической профессии «учитель физической культуры» и мотивация педагогической деятельности. Профессиональное саморазвитие и самообразование учителя физической культуры. Этапы, способы, приемы саморазвития. Общие правила и рекомендации по организации самообразования и саморазвития.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Заполнение карты самооценки общекультурных и профессиональных компетенций учителя физической культуры.	2	
Тема 1.3. Система образования в Российской Федерации.	Содержание учебного материала	8	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8.,
	Общая характеристика системы образования Российской Федерации. Образование как процесс и как система. Понятие о системе образования.	2	

	Структура системы образования РФ. Государственные образовательные стандарты и программы, образовательные организации, органы управления образованием. Принципы государственной образовательной политики.		ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Непрерывное образование. Понятие непрерывное образование: сущность, функции, принципы и пути реализации. Преемственность в работе образовательных учреждений. Вариативные типы и виды образовательных учреждений в современной системе образования. Осуществление непрерывного образования учителем физической культуры.	2	
	Тенденции развития систем образования в Российской Федерации и за рубежом. Болонский процесс в реформировании системы образования РФ. Приоритетные направления развития и реформирования системы образования РФ. Образовательные модели за рубежом. Нестандартные типы школ, в том числе в области физической культуры.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Ориентирование в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования.	2	
Раздел 2. Характеристика целостного педагогического процесса.		46	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных организаций на различных ступенях образования.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Принцип обучения и воспитания. Понятие о педагогических принципах обучения и воспитания. Характеристика и значение дидактических принципов в учебном предмете «Физическая культура»: научности, сознательности и активности, систематичности и последовательности, доступности и индивидуализации, наглядности, прочности и прогрессивности. Требования к принципам воспитания: обязательность, комплексность, равнозначность. Применение принципов воспитания в отношении предмета «Физическая культура».	2	
	Педагогическая деятельность. Сущность педагогической деятельности. Структура и компоненты педагогической деятельности. Особенности педагогической деятельности учителя физической культуры.	2	
	Значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности. Технология целеполагания: постановка целей и задач.	2	

	Сущность цели и целеполагания. Типы целей и целеполагания. Система целей и задач.		
	Учебно-методический комплекс. Понятие учебно-методического комплекса. Взаимосвязь компонентов УМК. Требования к обновлению и использованию УМК в образовательном процессе, на уроке физической культуры.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Постановка целей и задач современного урока физической культуры.	2	
Тема 2.2. Формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения.	Содержание учебного материала	16	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Формы организации обучения. Понятие о формах организации. Основные признаки формы, ее отличие от других педагогических категорий. Формы построения занятий в физическом воспитании: урочные формы, неурочные формы. Формы организации обучения физической культуре школьников: в школе, в дополнительном образовании, в семье. Индивидуальные, групповые, массовые формы обучения физической культуре. Традиционные и не традиционные формы организации педагогического процесса.	2	
	Приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения. Этапы и методика целеполагания. Особенности целеполагания учебной деятельности учащихся. Приемы привлечения учащихся к целеполаганию на уроках физической культуры в начале, середине, конце занятия. Организация коллективного анализа деятельности.	2	
	Формы организации воспитания. Понятие «Форма воспитательной работы». Классификация форм воспитательной работы: мероприятие, дело, игра. Проблема выбора форм воспитания.	2	
	Нетрадиционные формы организации обучения и воспитания в современной школе. Разнообразие форм организации обучения и воспитания в школе: деловая игра, эстафета, круглый стол, семинар-практикум. Интегрированные уроки по предмету «Физическая культура»: урок-поход, урок-экскурсия, урок-игра.	2	
	Методы и приемы организации обучения. Понятие «Метод обучения в физической культуре». Классификация методов обучения в физической культуре, их сущность, основные признаки, цель, требования, условия оптимального выбора и их педагогические возможности.	2	

	Методы и приемы организации воспитания. Понятие «Метод воспитания». Классификация методов воспитания: прямого и косвенного педагогического влияния. Приемы воспитания. Выбор методов и приемов воспитания.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Разработка способов привлечения детей к различным видам целеполагания на уроке физической культуры.	2	
	Практическое занятие. Разработка плана-конспекта интегрированного урока по физической культуре.	2	
Тема 2.3. Психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения. Мотивы – движущие силы познания. Создание условий для развития мотивации в процессе реализации педагогических технологий. Методы и приемы развития мотивации в процессе обучения. Проблема выбора методов и приемов. Развитие мотивационной сферы личности ребенка в педагогическом процессе. Особенности мотивации обучающихся, испытывающих трудности в обучении.	2	
	Технология планирования. Сущность и функции плана. Требования к планированию. Виды и структура планов. Общая технология планирования. Взаимодействие педагогов и детей в процессе планирования. Планирование воспитательной работы в школе на учебный год. Планирование воспитательной работы в классном коллективе.	2	
	Анализ педагогической деятельности. Сущность и требования к организации аналитической деятельности учителя физической культуры. Виды и уровни анализа. Стадии и мыслительные операции аналитической деятельности. Методика анализа формы воспитательной работы. Организация аналитической деятельности учащихся в учебном процессе. Осуществление рефлексии.	2	
	Дифференцированное обучение. Цели дифференцированного обучения. Особенности организации дифференцированного обучения в области физической культуры. Осуществление уровневой дифференциации.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Технология игровой деятельности.	2	
Тема 2.4. Средства контроля и оценки качества образования,	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8.,
	Качество образования как педагогическая проблема. Понятие «качество», «качество образования». Качество образования как интегральная	2	

психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.	характеристика.		ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основы оценочной деятельности учителя. Понятие диагностики учебных достижений учащихся, основные действия педагогической диагностики: проверка, контроль, учет, оценка, выставление отметки, рефлексия. Понятие оценочной деятельности и ее функции (образовательная, стимулирующая, аналитико-корректирующая, воспитывающая, развивающая и контрольная). Основные принципы оценочной деятельности учителя физической культуры.	2	
	Контроль в процессе обучения. Сущность контроля. Функции контроля. Виды контроля знаний учащихся. Формы контроля. Методы контроля. Средства осуществления контроля. Требования к организации контроля в современной школе.	2	
	Средства контроля и оценки. Формирование навыков рефлексии, самоанализа, самоконтроля, само- и взаимо оценки. Нетрадиционные приёмы оценивания («Незаконченное предложение», «Открытый микрофон», «Дневник здоровья и успеха» и т.п.). Лист индивидуальных достижений в области физической культуры.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Составление и заполнение листа индивидуальных достижений в области физической культуры.	2	
Раздел 3. Субъекты целостного педагогического процесса.		10	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятия «норма» и «аномалия» в психическом и личностном развитии ребенка. Проблема «норма» - «аномалия» как междисциплинарная проблема. Психологический аспект проблемы «норма» - «аномалия». Возрастные кризисы в развитии детей дошкольного и школьного возраста. Критерии явления «норма»- «аномалия».	2	
	Современные проблемы и перспективы обучения детей со значительными отклонениями в развитии. Современные проблемы специального (коррекционного) образования. Основные тенденции развития и направления реформирования специального образования в России и зарубежом. Понятие «Инклюзия». Интегрированное и инклюзивное	2	

	образование.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 12., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. – ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Детская одаренность: сущность понятия, признаки и виды одаренности. Понятия одаренность и одаренный ребенок. Признаки детской одаренности: мотивационные и инструментальные. Критерии выделения видов одаренности. Спортивная одаренность как основной вид одаренности в физической культуре. Основные научные концепции одаренности: отечественные и зарубежные.	2	
	Особенности педагогической деятельности с одаренными детьми. Выявление и изучение одаренности детей. Принципы работы с одаренными детьми. Дидактическая модель обучения и воспитания одаренных детей: ускорение, углубление, обогащение, проблематизация. Варианты организации работы учителя физической культуры с одаренными детьми. Формы работы с одаренными детьми в области физической культуры.	2	
	Особенности работы с детьми девиантным поведением Понятие «Девиантное поведение». Типология девиантного поведения. Специфика психолого - педагогического сопровождения детей с девиантным поведением. Этапы работы с группой таких детей. Организация профилактики девиантного поведения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Самостоятельная работа Самостоятельная работа над курсовой работой		33	
Тематика курсовых работ 1. Теоретические основы и методика формирования устойчивого интереса к профессии у студентов физкультурных вузов. 2. Методика использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий. 3. Разработка и экспериментальное обоснование методики педагогического контроля технической подготовленности спортсменов на этапе начальной подготовки. 4. Анализ и самоанализ как инструмент совершенствования профессионального мастерства тренера-педагога. 5. Педагогические условия формирования благоприятного социально-психологического климата в спортивной команде. 6. Методика развития морально-волевых качеств у подростков на занятиях в спортивной секции.			

7. Педагогические аспекты профилактики и разрешения конфликтных ситуаций в спортивной группе. 8. Современные формы и методы мотивации населения среднего возраста к регулярным занятиям фитнесом. 9. Методика организации и проведения спортивно-массового мероприятия для семейных команд (на примере «Всей семьей на старт!»). 10. Разработка и апробация программы физкультурно-оздоровительных занятий для людей пожилого возраста. 11. Организационно-педагогические условия обеспечения безопасности на спортивных сооружениях муниципального уровня. 12. Разработка методического пособия по обучению базовым двигательным действиям для школьников на уроках физической культуры (на примере раздела «Гимнастика»). 13. Проектирование цифрового образовательного ресурса для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта». 14. Исследование эффективности различных методик спортивного отбора в циклических видах спорта на этапе начальной подготовки. 15. Систематизация и обобщение педагогического опыта работы ведущих тренеров по (избранному виду спорта). 16. Педагогическая модель формирования готовности будущего тренера к профессиональной деятельности в условиях цифровизации образования. 17. Методика интеграции элементов единоборств в программу физического воспитания студентов для развития координационных способностей и самообороны. 18. Разработка и правовое обоснование инструктивно-методических материалов по охране труда для фитнес-клуба. 19. Анализ профессиональных дефицитов тренеров-педагогов и пути их устранения через систему самообразования.		
Обязательная аудиторная учебная нагрузка по курсовой работе 1. Выбор темы курсовой работы. Разработка плана-графика выполнения курсовой работы. 2. Формулировка и декомпозиция проблемы исследования. 3. Изучение необходимой литературы для написания курсовой работы. 4. Сбор данных и выбор методов исследования. Составление плана курсовой работы. 5. Обработка и анализ данных. 6. Написание теоретической части курсовой работы. 7. Написание аналитической (практической) части курсовой работы. 8. Подведение итогов и формулирование выводов работы. 9. Оформление текстовой части курсовой работы.	16	
Консультации	10	

Промежуточная аттестация	-	
Всего:	129	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет педагогики и психологии): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Кузнецов, В. В. Общая и профессиональная педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. В. Кузнецов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11391-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565817>

2. Жуков, Г. Н. Общая и профессиональная педагогика : учебник / Г.Н. Жуков, П.Г. Матросов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 425 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-012546-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2102690>

3. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18761-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560689>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znaniy.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Рослякова, С. В. Педагогика : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Рослякова, Т. Г. Пташко, Н. А. Соколова ; под научной редакцией Р. С. Димухаметова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 207 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19099-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562217>
6. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563833>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.06 ПСИХОЛОГИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Сновидова М.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Психология» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.4. - ПК 1.8. ПК 2.1. ПК 2.2. ПК 2.4. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	применять знания по психологии при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся.	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой; основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте; особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику; понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения; основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); основы психологии тренировочного процесса;

		ОСНОВЫ ПСИХОДИАГНОСТИКИ.	СПОРТИВНОЙ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	138
в т.ч. в форме практической подготовки	46
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	100
лекции	46
лабораторно-практические занятия	46
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	8
Самостоятельная работа	38
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 4 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Психология как наука.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Введение в психологию. Психология как наука.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Психология, ее объект и предмет. Психология как наука и как практическая деятельность. История развития психологических знаний. Психология в системе научного знания. Теории психологии. Отрасли психологии.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Строение, задачи и методы психологии.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Психологическая наука на современном этапе, ее связь с другими науками, с педагогической наукой и практикой. Задачи современной психологии. Методы психологии.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Основы психологии личности.		44	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Закономерности	Содержание учебного материала	22	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2.,
	Понятие о психике. Психика и ее развитие. Основные функции психики.	1	

внутренней психической деятельности.	отражение, регуляция. Сущность сознания; самосознание. Сознательное и бессознательное.		ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Ощущения. Ощущения как первая ступень познания. Анатомо-физиологические механизмы ощущений. Виды ощущений: зрительные, слуховые, обонятельные, осязательные, вкусовые; кожные, органические, болевые, равновесия, двигательные. Закономерности ощущений. Компенсаторные возможности ощущений.	1	
	Восприятие. Восприятие как психический процесс, его особенности. Виды восприятия: восприятие пространства, времени и движений. Основные свойства восприятия: апперцепция, избирательность, предметность, целостность. Иллюзии. Наблюдение и наблюдательность.	1	
	Внимание. Внимание как режим работы сознания. Виды внимания и их сравнительная характеристика. Свойства (качества) внимания и их обусловленность. Приемы, вызывающие и удерживающие внимание.	1	
	Познавательная сфера личности. Память. Понятие о памяти. Виды памяти: словесно-логическая, наглядно-образная, двигательная, эмоциональная; произвольная, непроизвольная; кратковременная, долговременная, оперативная. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Индивидуальные особенности и типы памяти. Условия эффективного запоминания и успешного хранения информации.	1	
	Мышление. Мышление и речь. Мышление как высшая форма познавательной деятельности. Формы мышления: понятие. Суждение, умозаключение. Мыслительные операции, виды мышления: наглядно-образное, наглядно-действенное, абстрактно-логическое; репродуктивное, продуктивное; теоретическое, практическое. Качества ума. Понятие о языке и речи. Функции речи. Виды речи.	2	
	Воображение. Понятие о воображении. Виды воображения: непроизвольное, произвольное. Психологические механизмы воображения.	1	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	Практическое занятие. Формирование свойств внимания. Самодиагностика внимания.	2	
	Практическое занятие. Определение и формирование свойств памяти. Условия эффективного запоминания.	2	
	Практическое занятие. Особенности развития восприятия, внимания, памяти.	2	

	Практическое занятие. Методы выявления развитости свойств мышления.	2	
	Практическое занятие. Индивидуальные особенности памяти и мышления.	2	
	Практическое занятие. Особенности развития мышления на уроке физической культуры.	2	
	Практическое занятие. Исследование особенностей некоторых видов воображения.	2	
Тема 2.2. Эмоции и чувства.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Эмоции, чувства. Эмоции как отражение переживания человеком степени удовлетворенности своих потребностей. Эмоциональные состояния: стенические, астенические. Функции чувств; сигнальная, регулирующая. Настроение, аффекты, страсти, стрессы. Высшие чувства: интеллектуальные, нравственные, эстетические.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Регулирование эмоциональных состояний.	2	
Тема 2.3. Волевая регуляция поведения.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Воля. Воля и волевые действия человека. Побудительная и тормозная функции воли. Волевые действия человека. Психологическая структура сложного волевого акта. Волевые качества личности: целеустремленность, настойчивость, выдержка, решительность, самостоятельность, организованность, смелость, исполнительность.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Воля, волевые качества личности. Технологии формирования воли.	2	
Тема 2.4. Индивидуально-типологические свойства личности.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие о личности в психологии. Понятие «человек», «индивид», «личность», «индивидуальность». Биологическое и социальное в личности человека. Свойства личности. Направленность как стержневая характеристика личности. Мотивация как проявление потребностей личности. Виды мотивов. Уровень притязаний личности, самосознание, самооценка. Образ «Я» и его структура. Индивидуально-психологические особенности. Понятие о темпераменте и его типах. Типы высшей нервной деятельности и темперамент. Психологическая характеристика типов темперамента. Типы темперамента и профессиональная деятельность преподавателя.	2	
	Общее понятие о характере и его природе. Черты характера (по отношению к себе, к другим, к деятельности, к собственности); волевые	2	

	черты. Формирование характера. Понятие о способностях. Врожденное и приобретенное в способностях. Уровни развития способностей. Структура способностей: общие и специальные способности. Спортивные способности. Педагогические способности. Диагностика способностей.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие. Темперамент. Определение типа своего темперамента.	2	
	Практическое занятие. Характер.	2	
	Практическое занятие. Способности.	2	
Тема 2.5. Деятельность.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Общее понятие о деятельности. Структура деятельности человека. Умения, навыки, привычки и их особенности. Сравнительная характеристика основных видов человеческой деятельности (труд, учение, игра). Понятие ведущей деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Личность. Деятельность.	2	
Раздел 3. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.		16	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Предпосылки и условия развития. Понятие возраста. Возрастная периодизация. Понятие ведущей деятельности. Зона ближайшего развития. Возрастные кризисы.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Особенности	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10.,

психического развития ребенка в раннем и дошкольном детстве.	Основные линии психического развития ребенка в период младенчества, в раннем детстве и преддошкольном возрасте. Кризис трех лет. Дошкольное детство. Психологические особенности детей шестилетнего возраста. Готовность ребенка к обучению в школе. Кризис 7 лет. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.	2	ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Особенности психического развития ребенка в раннем и дошкольном детстве.	2	
Тема 3.3. Психологические особенности младшего школьника.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Общая характеристика возраста. Особенности развития познавательных процессов. Развитие личности младшего школьника. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Психологические особенности младшего школьника. Психологическая готовность ребенка к обучению в школе.	2	
Тема 3.4. Психологические особенности подростка.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Социальная ситуация развития подростка. Новообразования личности в подростковом возрасте. Особенности познавательных процессов психики подростка. Развитие эмоциональной сферы и общения. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Психологические особенности подростка.	2	
Тема 3.5. Психологические особенности старшего школьника.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Социальная ситуация развития старшего школьника. Особенности личности старшеклассника. Мотивация учебной деятельности и интеллектуальное развитие. Психические новообразования возраста. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

Раздел 4. Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте.		8	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Общение детей дошкольного и младшего школьного возраста.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие общения. Потребность в общении. Основные системы отношений в классе: формальная, неформальная. Положение ученика в системе межличностных отношений. Диагностики изучения ученического коллектива.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изучение межличностных отношений.	2	
Тема 4.2. Особенности общения с подростками и старшеклассниками.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Содержание и виды общения подростков и старшеклассников. Развитие коммуникативных умений школьников. Групповая динамика.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Социометрическое исследование.	2	
Раздел 5. Основы психокоррекции.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 5.1. Основы психокоррекции.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятия школьной и социальной дезадаптации; причины дезадаптации; психологические основы предупреждения и коррекции школьной дезадаптации, девиантного поведения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Дезадаптация в учебном заведении.	2	
Раздел 6. Основы психологии творчества.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6.,

			ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 6.1. Творчество, интеллект, креативность.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие творчества. Способности к творчеству. Роль среды в воспитании творческих способностей. Определение творческого мышления, его особенности. Влияние интеллекта на развитие творческого мышления. Диагностика интеллекта и креативности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Диагностика творческого мышления.	2	
Раздел 7. Основы психологии спорта.		12	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 7.1. Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Профессиональная адаптация в спорте. Психологические функции спортсмена. Развитие личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Развитие личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	2	
Тема 7.2. Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Мотивы выбора вида спорта и занятий ими на разных этапах спортивной карьеры. Целеполагание (постановка спортивных целей). Уровень притязаний. Индивидуальные особенности спортивных мотивов.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Мотивация физкультурно-спортивной деятельности.	2	
Тема 7.3. Психологические основы обучения двигательным действиям.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1., ПК 1.2., ПК 1.4. - ПК 1.8., ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.4. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие психомоторики. Психологическая характеристика процесса формирования двигательных навыков. Развитие быстроты. Силы, выносливости, ловкости, гибкости. Реакция в спорте.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Формирование двигательных навыков.	2	
Самостоятельная работа		38	

Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Введение в психологию. Психология как наука. 2. Строение, задачи и методы психологии. 3. Закономерности внутренней психической деятельности. 4. Эмоции и чувства. 5. Волевая регуляция поведения. 6. Индивидуально-типологические свойства личности. 7. Деятельность. 8. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности. 9. Особенности психического развития ребенка в раннем и дошкольном детстве. 10. Психологические особенности младшего школьника. 11. Психологические особенности подростка. 12. Психологические особенности старшего школьника. 13. Общение детей дошкольного и младшего школьного возраста. 14. Основы психокоррекции. 15. Творчество, интеллект, креативность. 16. Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности. 17. Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности. 18. Психологические основы обучения двигательным действиям.		
Консультации	8	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	138	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет педагогики и психологии): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 390 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17727-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562216>

2. Бороздина, Г. В. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина, Н. А. Кормнова ; под общей редакцией Г. В. Бороздиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 392 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16727-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560926>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>

4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Феоктистова, С. В. Психология : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 234 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07451-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564083>

6. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебник для среднего профессионального образования / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 112 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11155-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557489>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно»
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

соревновательной деятельностью.		
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.07 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Костянчук В.Л., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и история физической культуры и спорта» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Теория и история физической культуры и спорта» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 10. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту; правильно использовать терминологию в области физической культуры; оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития.	понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; основы теории обучения двигательным действиям; теоретические основы развития физических качеств; основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом; механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом; мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития; понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры; особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем,

		двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; структуру и основы построения процесса спортивной подготовки; основы теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и спортивного отбора.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	48
в т.ч. в форме практической подготовки	-
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	32
лекции	32
лабораторно-практические занятия	-
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	16
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта.		12	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Ориентирование в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий.	2	
	История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания. Международное олимпийское движение.	2	
	История физической культуры и спорта в профессиональной деятельности	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Нравственное и патриотическое воспитание детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, повышение интереса к физической культуре и спорту.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом.	2	
	Механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом. Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития.	2	
	Анализ учебно-тренировочного и соревновательного процесса	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Основы теории физической культуры и спорта.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,

			ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Терминология в области физической культуры.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основы теории обучения двигательным действиям. Использование терминологии на уроках физической культуры.	2	
	Теоретические основы развития физических качеств.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
Раздел 3. Теоретические основы развития физических качеств и физического воспитания и обучения различных категорий обучающихся.		16	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Оценка постановки цели и задач, определение педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.	2	
	Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности	2	
	Современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.	2	
	Понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры	2	
	Особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательн-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем,	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Структура и основы построения процесса спортивной подготовки.	2	
	Основы теории соревновательной деятельности.	2	
	Основы спортивной ориентации и спортивного отбора.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

профессионального самообразования и саморазвития.			
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Ориентирование в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта. 2. Нравственное и патриотическое воспитание детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, повышение интереса к физической культуре и спорту. 3. Терминология в области физической культуры. 4. Оценка постановки цели и задач, определение педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки. 5. Находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития.		16	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет теории и истории физической культуры и спорта): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563631>

2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560907>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система

правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебник для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 749 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16545-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565828>

6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебник для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 442 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16321-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565829>

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебник для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565945>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на	

мероприятий и занятий.	установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного	

виде отчетов, рефератов, выступлений.	типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.08 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Полунина Е.М., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Правовое обеспечение профессиональной деятельности» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Правовое обеспечение профессиональной деятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 10. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения.	основные положения Конституции Российской Федерации; права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации; понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности; основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта; правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта; социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта; порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; правила оплаты труда; понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; виды административных правонарушений и административной ответственности; нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	84
в т.ч. в форме практической подготовки	18
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	60
лекции	38
лабораторно-практические занятия	18
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	24
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 6 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Цели и задачи изучения права в современном обществе.	2	
	Виды и формы правовой информации.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 1. Основы конституционного права в РФ.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 1.1. Основы конституционного права.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Конституция РФ. Права и свободы человека и гражданина. Право граждан на социальную защиту.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Основы конституционного права.	2	
Раздел 2. Основы правового регулирования профессиональной деятельности.		6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 2.1. Правовое регулирование в области образования, физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Основные направления государственной политики в области образования, физической культуры и спорта. Антидопинговая политика в современном спорте.	2	
	Нормативно-правовая база в сфере образования, физической культуры и спорта.		
	Социально-правовой статус учителя, преподавателя, тренера физической культуры и спорта.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Правовое регулирование в области образования, физической культуры и спорта.	2	
Раздел 3. Основы правового регулирования предпринимательской деятельности.			ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 3.1. Правовое положение субъектов предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	12	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Субъекты предпринимательской деятельности.	2	
	Право собственности и другие вещные права.	2	
	Юридические лица.	2	
	Индивидуальные предприниматели	2	
	Несостоятельность (банкротство) субъектов предпринимательской деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Правовое положение субъектов предпринимательской деятельности.	2	
Раздел 4. Основы гражданского права в РФ.		6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 4.1. Основы гражданского права.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие и система гражданского права. Гражданские правоотношения. Сделки.	2	
	Договор в гражданском праве. Отдельные виды гражданско-правовых договоров.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Основы гражданского права.	2	
Раздел 5. Основы трудового права в РФ.			ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 5.1. Основы трудового права.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Понятие трудового права. Трудовые отношения. Права и обязанности	2	

	работника и работодателя в сфере профессиональной деятельности.		ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Занятость и трудоустройство.	2	
	Понятие трудового договора. Заключение, изменение и расторжение трудового договора.	2	
	Рабочее время и время отдыха. Заработная плата.	2	
	Трудовая дисциплина и материальная ответственность.	2	
	Разрешение трудовых споров.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Основы трудового права.	4	
Раздел 6. Основы административного права в РФ.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 6.1. Основы административного права.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Понятие административного права, его система и источники.	2	
	Виды административных правонарушений и административной ответственности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Основы административного права.	2	
Раздел 7. Основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.		4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
Тема 7.1. Нормы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1. - ПК 3.5.
	Судебная защита прав.	2	
	Судебное разбирательство.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Нормы защиты нарушенных права и судебный порядок разрешения споров.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Основы конституционного права. 2. Правовое регулирование в области образования, физической культуры и спорта. 3. Правовое положение субъектов предпринимательской деятельности.		24	

4. Основы гражданского права.		
5. Основы трудового права.		
6. Основы административного права.		
7. Нормы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.		
Консультации	4	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	84	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет социально-гуманитарных дисциплин): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Волков, А. М. Правовое обеспечение профессиональной деятельности в медицине : учебник для среднего профессионального образования / А. М. Волков, Е. А. Лютягина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 278 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14239-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567817>

2. Николюкин, С. В. Правовое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Николюкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 248 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14511-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568037>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система

правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Правовое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. П. Анисимов, А. Я. Рыженков, А. Ю. Осетрова, О. В. Попова ; под редакцией А. Я. Рыженкова. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16129-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563492>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.		
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.		
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.09 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы биомеханики» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Основы биомеханики» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 10. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1.	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности; проводить биомеханический анализ двигательных действий человека.	основы кинематики и динамики движений человека; биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; биомеханику физических качеств человека; половозрастные особенности моторики человека; биомеханические основы физических упражнений.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	72
в т.ч. в форме практической подготовки	14
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	54
лекции	34
лабораторно-практические занятия	14
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	6
Самостоятельная работа	18
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет и история биомеханики.		12	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
Тема 1.1. Основы конституционного права.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Биомеханические основы движения человека. Законы движения материального тела. Аппарат движения живого организма и человека. Человек, как механическая система. Движение мышц. Двигательная активность. Основные понятия и термины по теме: Биомеханика, биофизика, координация, кинематика, динамика, эргометрия, локомоции, тренажер, экипировка.	2	
	Физические законы в биомеханике. Представление о прямолинейном, криволинейном, поступательном, вращательном, колебательном и других движениях, их кинематических характеристиках (точке, траектории, перемещении, скорости, ускорений и др.) и их присутствии в движениях человека. Законы динамики с учетом масс, сил, скоростей, импульсов, энергий и т.д. Биомеханика спорта. Основные задачи спортивной биомеханики. Возрастной аспект биомеханики. Движения, или локомоции. Сознательные движения. Координация движений. Возрастные и гендерные различия в показателях движения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изучение истории и факторов становления биомеханики, как науки.	2	
Тема 1.2. Краткая история развития и современное состояние	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Основополагающие идеи биомеханики. Основные понятия и термины по теме: возбуждение, мотонейрон торможение, патология, рефлекс,	2	

биомеханики.	электромиограмма, функциональная система. Современное состояние биомеханики.		ПК 3.1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Биомеханические характеристики двигательного аппарата человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Измеряемые биомеханические характеристики. Биомеханические характеристики движений. Технические средства и методики измерения. Основные понятия и термины по теме: датчик, электромиография, спидометрия, акселерометрия, гониометрия, магнитный резонанс динамометрия, циклография.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Изучение эффективности методик измерений в биомеханике.	2	
Раздел 2. Основные понятия биомеханики.		14	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
Тема 2.1. Правовое регулирование в области образования, физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Механическое движение. Системы отсчета. Человек как механическая система. Основные понятия и термины по теме: путь, траектория, перемещение, система координат, радиус, вектор, скорость, ускорение, кинематика, период, частота. Временные понятия кинематики и кинематические характеристики. Движения по окружности. Элементы описания движений человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Построение промера по координатам.	2	
Тема 2.2. Динамика движений человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Основные понятия и законы динамики. Основные понятия и термины по теме (перечень вопросов, обязательных к изучению): динамика, инерциальная система отсчета, законы динамики, ньютон, джоуль, ватт, эргометрия, момент силы, момент инерции, центробежное, центростремительное и тангенциальное ускорения.	2	
	Энергия, работа и мощность. Импульс тела. Эргометрия. Силы при вращательных движениях. Вестибулярный аппарат.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.3. Биомеханика физических качеств	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8.,
	Виды сил в природе. Основные понятия и термины по теме: гравитация,	2	

человека.	тяготение, упругость, деформация, сопротивление, инерция, момент силы, момент инерции, свободные оси, центр масс, равновесие, рычаги, балансиры, блок, наклонная плоскость.		ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Центр масс тела. Вращательное движение твердого тела. Свободные оси. Масс-инерционные характеристики тела человека. Статика. Простейшие механизмы. Рычаги в ОДА человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Оценка способности к сохранению состояния равновесия (по Ромбергу).	2	
Раздел 3. Законы сохранения энергии и импульса. Механические свойства тел.		8	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
Тема 3.1. Некоторые механические свойства тел.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Виды деформаций. Твердость и разрушение. Основные понятия и термины по теме: деформация, упругость, тяготение, невесомость, перегрузка, дерма, коллаген, эластин, галтельность, гидроксилпатит, акустическая анизотропия.	2	
	Механические свойства биологических тканей. Неинерциальные системы отсчета. Перегрузки и невесомость. Влияние на организм человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.2. Законы сохранения.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Закон сохранения энергии в механике. Основные понятия и термины по теме: энергия потенциальная, энергия кинетическая, момент силы, импульс массы, импульс силы, законы сохранения, реактивное движение, колебания, резонанс.	2	
	Закон сохранения импульса. Реактивное движение. Удары. Механические колебания. Резонанс в спортивных движениях.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 4. Биомеханические характеристики двигательного аппарата человека.		14	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
Тема 4.1. Биомеханика	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10.,

скелетных мышц.	Биомеханические цепи. Строение и механика скелетных мышц. Основные понятия и термины по теме: миозин, актин, тропонин, тропомиозин, саркомер, поперечные мостики, моторная единица, мотонейрон, сила, гибкость, быстрота, ловкость, выносливость, работоспособность. Характеристика двигательных качеств (силы, работоспособности, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости).	2	ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 4.2. Половозрастные особенности моторики человека.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Основные локомоции человека. Формирование локомоций, регуляция и реализация. Основные понятия и термины по теме: локомоции, анализаторы, двигательный анализатор, соматорецепторы, соматостезия, рефлекс, тренировка, потенциал действия, рецепторный потенциал, генераторный потенциал, кортикальный контроль, функциональная система	2	
	Особенности развития двигательной активности и координации движений. Нервная регуляция двигательных реакций. Возрастная биомеханика. Энергетика движений.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Кинематика и динамика локомоторного движения.	2	
Тема 4.3. Биомеханические основы физических упражнений.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1
	Измерение частей тела. Анализ движений. Тесты в биомеханике. Основные понятия и термины по теме: фронтальная, сагиттальная и горизонтальная плоскости, приведение (абдукция), отведение (абдукция), вращение (ротация), супинация, пронация, ротация.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Влияние различных факторов на проявление основных двигательных качеств спортсменов (силы, быстроты, выносливости, гибкости).	4	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Основы конституционного права. 2. Краткая история развития и современное состояние биомеханики. 3. Биомеханические характеристики двигательного аппарата человека. 4. Правовое регулирование в области образования, физической культуры и спорта. 5. Динамика движений человека. 6. Биомеханика физических качеств человека.		18	

7. Некоторые механические свойства тел.		
8. Законы сохранения.		
9. Биомеханика скелетных мышц.		
10. Половозрастные особенности моторики человека.		
11. Биомеханические основы физических упражнений.		
Консультации	6	
Промежуточная аттестация	-	
Всего:	72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Германов, Г. Н. Основы биомеханики: двигательные способности и физические качества (разделы теории физической культуры) : учебник для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11148-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566093>

2. Туревский, И. М. Биомеханика двигательной деятельности: формирование психомоторных способностей : учебник для среднего профессионального образования / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 353 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11024-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566143>

3.2.3. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14057-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562055>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно»
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.		
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

спортом.		
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Сновидова М.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 10. ПК 1.1. - ПК 1.8. ПК 2.1. - ПК 2.6. ПК 3.1. - ПК 3.5.	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим.	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой

		помощи пострадавшим.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	102
в т.ч. в форме практической подготовки	20
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	68
лекции	48
лабораторно-практические занятия	20
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	34
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 6 семестре	-

В соответствии с Законом РФ «О воинской обязанности и военной службе» в рамках дисциплины изучается раздел «Основы военной службы» в количестве 48 часов. Для лиц мужского пола проводятся пятидневные учебные сборы (35 часов).

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.		20	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций	2	
	Действия населения при чрезвычайных ситуациях природного характера.	2	
	Действия населения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. Чрезвычайные ситуации военного характера.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Чрезвычайные ситуации военного характера и их источники. Характеристика ядерного оружия и действий населения в очаге ядерного поражения. Обычные средства поражения. Новейшие виды оружия.	2	
	Особенности химического оружия. Действия населения в очаге химического поражения. Биологическое оружие. Действия населения в очаге биологического поражения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Нормативно-правовая база защиты населения в чрезвычайных ситуациях. Законодательство Российской Федерации в области ГО. Права и обязанности граждан РФ в области ГО и ЧС.	2	
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её предназначение, структура и задачи.	2	

чрезвычайных ситуациях.	Режимы функционирования РСЧС.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.4. Оповещение о чрезвычайных ситуациях и эвакуация населения.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация и рассредоточение населения.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.5. Средства коллективной и индивидуальной защиты населения в чрезвычайных ситуациях.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Средства коллективной защиты и использование защитных сооружений. Средства индивидуальной защиты.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.6. Устойчивость работы объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Понятие устойчивости работы объектов экономики. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов. Пути и способы повышения устойчивости работы объектов. Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Основы военной службы.		48	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Основы теории военной безопасности. Источники военной опасности в современных условиях. Стратегия национальной безопасности России о военной безопасности государства. Военная доктрина Российской Федерации.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.2. Вооруженные Силы Российской Федерации.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Вооружённые Силы Российской Федерации. Командование Вооружёнными силами РФ. Состав Вооружённых Сил России.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.3. Организационные и правовые основы	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6.,
	Военная служба – особый вид государственной службы. Воинские должности и звания военнослужащих.	2	

военной службы в Российской Федерации.	Правовой статус военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Социальное обеспечение военнослужащих.	2	ПК 3.1 - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.4. Государственные и воинские символы, традиции и ритуалы Вооруженных Сил.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Государственные и воинские символы России. Боевые традиции Вооружённых Сил РФ. Ритуалы Вооружённых Сил РФ. Дни воинской славы России.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.5. Военно-профессиональная ориентация.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Организация и структура Вооруженных Сил РФ. Род войск и разновидности Вооруженных Сил, их предназначение и история возникновения. Военные формирования, их задачи и состав. Срочная служба по призыву и контракту. Обязательные навыки военнослужащего: владение техникой и оружием; профессиональные, личностные и психологические качества гражданина, требуемые для воинской деятельности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.6. Общевоинские уставы.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Основы подготовки военнослужащих к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках. Организация внутренней службы. Размещение, жизнь и быт военнослужащих. Противопожарная защита. Распределение учебного времени и повседневный порядок.	2	
	Назначение и состав суточного наряда воинской части, роты. Обязанности лиц суточного наряда. Обязанности дневального по роте. Организация караульной службы, общие положения. Обязанности часового.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.7. Строевая подготовка.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение строевым и походным шагом. Строевые приемы и движение без оружия. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Строевые приемы и движение без оружия. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй. Развернутые и походные строи отделения, взвода.	2	

Тема 2.8. Огневая подготовка.	Содержание учебного материала	10	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Устройство пневматической винтовки. Правила стрельбы из пневматической винтовки. Меры безопасности при проведении стрельб. Общее устройство автомата, его тактико-технические данные.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Стрельба из винтовки.	2	
	Практическое занятие. Автомат Калашникова. Неполная разборка и сборка автомата.	2	
	Практическое занятие. Снаряжение магазина патронами. Разборка и сборка автомата Калашникова. Изготовка к стрельбе.	4	
Тема 2.9. Тактическая подготовка.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Личное оружие и экипировка военнослужащего. Понятие об огневой позиции. Способы передвижения военнослужащего в бою. Преодоление минно-взрывных заграждений по проходам в составе отделения.	2	
	Разведка и способы ее ведения. Наблюдатель и его обязанности.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Действия дозорных при осмотре местности и местных предметов. Действия военнослужащего в бою.	2	
Тема 2.10. Радиационная, химическая, биологическая защита войск.	Содержание учебного материала	2	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Отработка действий по применению средств индивидуальной защиты и пользование ими. Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения.	2	
Тема 2.11 Физическая подготовка.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие. Общефизическая подготовка. Подтягивание на перекладине, отжимание. Упражнения на быстроту и ловкость. Прыжки в длину. Метание гранаты.	2	
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка. Бег на разные дистанции.	2	
	Практическое занятие. Отработка приемов рукопашного боя. Приемы обезоруживания и нападения.	2	
Тема 2.12 Военно-медицинская подготовка.	Содержание учебного материала	4	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Оказание само- и взаимопомощи при ранениях и травмах. Вынос раненых с поля боя.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	

	Лабораторное занятие. Отработка основных приемов оказания первой медицинской помощи.	2	
Тема 2.5. Порядок и правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала	32	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Здоровый образ жизни как основа безопасности жизнедеятельности. Правовые основы оказания первой помощи.	2	
	Неотложные состояния и первая помощь при них.	2	
	Общие сведения о ранах. Осложнения ран. Способы остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.	2	
	Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.	2	
	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.	2	
	Первая помощь при отравлениях.	2	
	Первая помощь при поражении электрическим током. Искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	18	
	Лабораторное занятие. Отработка основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	4	
	Лабораторное занятие. Отработка основных приемов оказания первой помощи при различных видах травм.	4	
	Лабораторное занятие. Отработка основных приёмов оказания первой помощи при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.	4	
	Лабораторное занятие. Отработка основных приёмов оказания первой помощи при отравлениях	2	
	Лабораторное занятие. Отработка основных приёмов оказания первой помощи при попадании инородных тел в дыхательные пути.	2	
	Лабораторное занятие. Отработка основных способов искусственного дыхания.	2	
Тема 2.6. Основы здорового образа жизни родителей и ребенка.	Содержание учебного материала	6	ОК 1.- ОК 10., ПК 1.1. - ПК 1.8., ПК 2.1. - ПК 2.6., ПК 3.1 - ПК 3.5.
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Основные правила гигиены, особенности питания и образа жизни будущих родителей. Духовность и здоровье семьи.	2	
	Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.	2	

	Формирование основ здорового образа жизни ребенка.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Отработка приемов по уходу за младенцами.	2	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. 2. Чрезвычайные ситуации военного характера. 3. Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях. 4. Оповещение о чрезвычайных ситуациях и эвакуация населения. 5. Средства коллективной и индивидуальной защиты населения в чрезвычайных ситуациях. 6. Устойчивость работы объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. 7. Основы военной безопасности Российской Федерации. 8. Вооруженные Силы Российской Федерации. 9. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации. 10. Государственные и воинские символы, традиции и ритуалы Вооруженных Сил. 11. Военно-профессиональная ориентация. 12. Общевоинские уставы. 13. Строевая подготовка. 14. Огневая подготовка. 15. Тактическая подготовка. 16. Радиационная, химическая, биологическая защита войск. 17. Физическая подготовка. 18. Военно-медицинская подготовка. 19. Порядок и правила оказания первой помощи. 20. Основы здорового образа жизни родителей и ребенка.		34	
Консультации		-	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		102	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет безопасности жизнедеятельности): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); противогазы; респиратор; ватно-марлевые повязки; ОЗК; средства для оказания первой медицинской помощи (носилки, шины, бинты, жгуты); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/5573582>.

2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17400-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542696>.

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

5. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17442-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536769>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно»
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.		
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.		
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.11 ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы здорового образа жизни» является вариативной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Основы здорового образа жизни» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. ОК 2. ОК 7. ОК 8. ПК 2.1.	составлять план здорового образа жизни, соответствующего определенному возрасту; проводить мониторинг состояния здоровья; развивать потребность в занятиях физической культурой и спортом.	основополагающие принципы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие здоровье; факторы, отрицательно влияющие на здоровье; анатомо-физиологические особенности и основы гигиены детей; наиболее распространенные инфекционные и неинфекционные заболевания, причины их возникновения, меры профилактики; основные факторы риска и основные способы профилактики заболеваний детей с учетом анатомо-физиологических особенностей развития их организма, функциональных нарушений; принципы здорового питания; оптимальные двигательные режимы для детей с учетом их возрастных, психических и иных особенностей. методы и средства оказания первой помощи при несчастных случаях и заболеваниях.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	72
в т.ч. в форме практической подготовки	16
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	54
лекции	32
лабораторно-практические занятия	16
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	6
Самостоятельная работа	18
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 3 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Социально-педагогические аспекты здорового образа жизни.		10	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
Тема 1.1. Здоровье как государственная задача и личная потребность человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Основные понятия категории «здоровье». Определение понятий: здоровье, болезнь. Валеология. Факторы, определяющие здоровье: биологические, социальные и психологические. Понятие физическое и социальное здоровье. Факторы физического здоровья: физическая подготовленность, функциональная подготовленность. Внешние и внутренние факторы физического и социального здоровья их взаимосвязь. Социальная структура и здоровье. Понятие психического здоровья. Здоровье индивидуальное и популяционное. Критерии оценки индивидуального здоровья. Показатели популяционного здоровья. Группы здоровья. Ведущие признаки нарушения здоровья детей. Мотивация поведения и здоровье. Формирование потребности в укреплении здоровья. Здоровый образ жизни и личная безопасность.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Здоровье и факторы, его определяющие.	2	
Тема 1.2. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Три категории, включающие образ жизни: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни. Составляющие здорового образа жизни. Принципы и методы формирования здорового образа жизни. Культура и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека: генетические, конституциональные особенности. Этапы физического и нервно-психического развития детей и	2	

	подростков. Экология и здоровье. Мониторинг здоровья и экологической среды. Здоровье и экологическая среда. Мониторинг здоровья населения и окружающей среды. Личная гигиена и здоровье. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Адаптационные резервы организма: структурные резервы, функциональные резервы (биохимические, физиологические, психические). Биоритмы. Влияние биоритмов на функциональное состояние человека. В том числе, практических занятий и лабораторных работ Практическое занятие. Здоровый образ жизни и его формирование у обучающихся. Составление индивидуальной программы коррекции образа жизни.	2	
Тема 1.3. Профилактика заболеваний как биологическая и социальная проблема.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Меры профилактики болезней населения. Теоретические основы профилактики – микробиология, эпидемиология и иммунология. Профилактика заболеваний обучающихся.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 2. Факторы среды, формирующие здоровье человека.		8	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
Тема 2.1. Питание.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Питание и здоровье. Принципы рационального питания и здоровья человека. Диеты и здоровье человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.2. Физическая культура и закаливание.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Двигательная активность человека. Двигательная активность и здоровье человека. Движение как средство физического и психического развития. Закаливание и здоровье человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.3. Семья и репродуктивное здоровье человека.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Семья и ее функции. Взаимоотношение полов. Репродуктивное поведение и его безопасность. Формирование здорового образа жизни детей.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 2.4. Режимы труда и отдыха.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Биологические ритмы и здоровье человека. Трудовая и учебная деятельность и здоровье человека. Сон и здоровье человека.	2	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Раздел 3. Факторы среды, разрушающие здоровье.		30	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
Тема 3.1. Факторы риска заболеваний.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Факторы риска заболеваний. Основные виды потенциальных опасностей и их классификация: естественные и антропогенные: физические, химические, биологические, психофизиологические. Понятие и величина риска. Переедание и гиподинамия.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Оценка уровня физического здоровья.	2	
Тема 3.2. Инфекционные заболевания.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Туберкулез. Венерические заболевания. ВИЧ-инфекция и СПИД. Вирусные гепатиты. Острые заболевания органов дыхания.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Методы исследования внешнего дыхания и газообмена.	2	
Тема 3.3. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты алкоголизма, курения.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Алкоголизм. Курение.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.4. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты наркомании и токсикомании.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Наркомания и токсикомания. Анаболики.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека, формирование зависимости, профилактика.	2	
Тема 3.5. Влияние высоких и низких температур на организм.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	О влиянии высоких температур на организм человека. Разновидности влияния высоких температур на организм. Тепловой и солнечный удар. Солнечные и термические ожоги. О влиянии низких температур на организм человека. Разновидности влияния низких температур на организм. Переохлаждение организма, обморожения. Профилактика отрицательного влияния высоких и низких температур на организм человека. Понятие о терморегуляции.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	

Тема 3.6. Методы оздоровительной работы.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Общие представления о механизмах оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Методы оздоровительной работы: традиционные и нетрадиционные. Дни здоровья. Спортивные праздники. Оздоровительная ходьба. Оздоровительный бег. Дыхательная гимнастика. Фитнес. Аэробика.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы.	2	
Тема 3.7. Личная гигиена.	Содержание учебного материала	2	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Понятие о личной гигиене. История вопроса о гигиене. Правила личной гигиены в течение дня, предметы личной гигиены.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 3.8. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Нормативная база охраны здоровья в общеобразовательных учреждениях.	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8., ПК 2.1.
	Здоровьесберегающие технологии и методы по обучению здоровью и охране жизни всех субъектов образовательного процесса. Основы структурирования расписания. Роль преподавателя в формировании здоровья обучающихся. Проблемы здоровья обучающихся различных возрастных групп. Совместная деятельность образовательного учреждения и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни обучающегося. Профилактика и коррекция нарушений осанки, органов зрения, слуха. Психогигиена учебно-воспитательного процесса. Гигиенические требования к рабочему месту. Меры профилактики инфекционных заболеваний. Физическая, умственная работоспособность и утомление. Сенсорная работоспособность. Рациональное чередование умственной и физической деятельности. Психоэмоциональное напряжение. Педагогическая деятельность в состоянии стресса. Психическая саморегуляция как регуляция высшего уровня активности. Методы психологической коррекции психофизических состояний. Методы релаксации. Аутогенная тренировка. Средства и формы оздоровления.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Составление плана формирования здорового образа жизни в условиях образовательного учреждения.	2	
Тема 3.9. Общие правила применения	Содержание учебного материала	4	ОК 1., ОК 2., ОК 7., ОК 8.,
	Правила хранения лекарственных средств. Самолечение. Приемы первой	2	

лекарственных средств. Первая медицинская помощь.	помощи при лекарственной передозировке. Когда и как нужно принимать лекарства.		ПК 2.1.
	Понятие о неотложных состояниях и первой помощи при них. Неотложная помощь при потере сознания. Неотложная помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Неотложная помощь при заболеваниях дыхательной системы. Неотложная помощь при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Неотложная помощь при ушибах, растяжениях, переломах. Реанимация. Кровотечения. Травмы и переломы. Профилактика травматизма у человека.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Здоровье как государственная задача и личная потребность человека. 2. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. 3. Профилактика заболеваний как биологическая и социальная проблема. 4. Питание. 5. Физическая культура и закаливание. 6. Семья и репродуктивное здоровье человека. 7. Режимы труда и отдыха. 8. Факторы риска заболеваний. 9. Инфекционные заболевания. 10. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты алкоголизма, курения. 11. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты наркомании и токсикомании. 12. Влияние высоких и низких температур на организм. 13. Методы оздоровительной работы. 14. Личная гигиена. 15. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Нормативная база охраны здоровья в общеобразовательных учреждениях. 16. Общие правила применения лекарственных средств. Первая медицинская помощь.		18	
Консультации		6	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет анатомии, физиологии и гигиены): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); модель скелета –СТАН 5; манекен ЭЛТЭК торс взрослого: сердечно-легочная реанимация; Барельефная модель "Голова. Сагиттальный разрез», Барельефная модель "Пищеварительный тракт", Барельефная модель "Сердце человека", тонометр, прибор для сравнения углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе, анатомический атлас, анатомические модели из пластмассы, спирометр ССП, портреты великих анатомов и врачей; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563833>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего

профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17442-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536769>.

6. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562148>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12 ОСНОВЫ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Полунина Е.М., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы предпринимательской деятельности» является вариативной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Основы предпринимательской деятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 4. ОК 6. - ОК 8. ПК 1.3. ПК 1.8. ПК 2.2. ПК 2.6. ПК 3.4. ПК 3.5.	выбирать организационно-правовую форму предприятия; определять эффективность предпринимательской деятельности; анализировать структуру бизнес-плана.	сущность и понятие «предпринимательство»; виды предпринимательской деятельности; организационно-правовые формы предприятия; основные документы, регулирующих предпринимательскую деятельность; основные требования, предъявляемые к бизнес-плану.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	153
в т.ч. в форме практической подготовки	34
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	110
лекции	68
лабораторно-практические занятия	34
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	8
Самостоятельная работа	43
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 7 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы предпринимательской деятельности.		102	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
Тема 1.1. Содержание и типология предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	6	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Понятие и содержание предпринимательства. Деловые интересы в предпринимательстве. Субъекты бизнеса.	4	
	Предприятие в системе бизнеса. Конкуренция в бизнесе.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.2. История российского предпринимательства.	Содержание учебного материала	4	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Предпринимательство на Руси до XV века. Российское предпринимательство периода XV – XIX веков.	2	
	Бизнес в России дореволюционного периода. Бизнес в период руководства коммунистической партии. Предпринимательство постсоветского периода.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.3. Концепция и родовые признаки бизнеса.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Концепции бизнеса: позитивная концепция бизнеса, критическая концепция бизнеса, прагматическая концепция бизнеса.	4	
	Родовые признаки бизнеса.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Организационно-правовые формы предпринимательской деятельности в России.	4	
Тема 1.4. Виды предпринимательской	Содержание учебного материала	8	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8.,
	Виды предпринимательской деятельности: производственная,	4	

деятельности.	коммерческая, финансовая. Характеристика производственной деятельности.		ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Характеристика и сущность коммерческой деятельности. Сущность и задачи финансовой деятельности.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-	
Тема 1.5. Правовое обеспечение предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Организационно-правовые формы бизнеса: общества, товарищества, кооперативы, хозяйственное партнерство.	4	
	Процедура государственной регистрации предпринимательской деятельности.	2	
	Предпринимательский договор, понятие, виды, этапы составления.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Организационно-правовые формы предпринимательской деятельности в России.	2	
Тема 1.6. Финансовое обеспечение предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	12	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Финансовая деятельность в организации. Инвестиционная деятельность в организации.	4	
	Формирование имущества и источники финансирования предпринимательской деятельности. Основные показатели эффективности предпринимательской деятельности.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Решение задач на определение эффективности предпринимательской деятельности.	4	
Тема 1.7. Взаимоотношения предпринимателей с финансовой системой и кредитными организациями.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Финансовая система и финансовый рынок. Структура кредитной системы, сущность, виды и формы кредита.	4	
	Взаимоотношения предпринимателей с финансовой системой.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие. Структура кредитной системы, сущность, виды и формы кредита.	2	
Тема 1.8. Риски предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Понятие и сущность рисков в предпринимательстве. Классификация рисков.	2	
	Система управления рисками: процесс управления рисками на предприятии, методы управления рисками, управление информационными рисками, методы финансирования рисков.	4	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Анализ и определение рисков в предпринимательской деятельности.	4	
Тема 1.9. Система налогообложения предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	10	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Понятие и виды налогов. Система налогообложения предпринимательской деятельности.	4	
	Взаимоотношения предпринимателей с налоговой системой.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Решение задач по расчету налогов.	4	
Тема 1.10. Бизнес-планирование предпринимательской деятельности.	Содержание учебного материала	22	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Методические основы разработки бизнес-плана. Состав бизнес-плана.	4	
	Структура бизнес-плана: титульный лист, оглавление, резюме бизнес-плана, история бизнеса организации (описание отрасли), план маркетинга, производственный план, организационный план, финансовый план.	4	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	Практическое занятие. Составление бизнес-плана.	14	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Содержание и типология предпринимательской деятельности. 2. История российского предпринимательства. 3. Концепция и родовые признаки бизнеса. 4. Виды предпринимательской деятельности. 5. Правовое обеспечение предпринимательской деятельности. 6. Финансовое обеспечение предпринимательской деятельности. 7. Взаимоотношения предпринимателей с финансовой системой и кредитными организациями. 8. Риски предпринимательской деятельности. 9. Система налогообложения предпринимательской деятельности. 10. Бизнес-планирование предпринимательской деятельности.		43	
Консультации		8	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		153	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет социально-гуманитарных дисциплин): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Финансы, денежное обращение и кредит : учебник и практикум для среднего профессионального образования / под редакцией Д. В. Буракова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 303 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17281-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562278>

2. Дыдыкин, А. В. Финансы, денежное обращение и кредит : учебник для среднего профессионального образования / А. В. Дыдыкин ; под редакцией Л. А. Чалдаевой. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 436 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09529-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560719>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Климович, В. П. Финансы, денежное обращение и кредит : учебник / В.П.

Климович. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2024. — 336 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0701-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2110036>

6. Погодина, Т. В. Финансовый менеджмент : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. В. Погодина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 259 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16953-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560882>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития,	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.		
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12 ЭКОНОМИКА И МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Полунина Е.М., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Экономика и менеджмент физической культуры и спорта» является вариативной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина «Экономика и менеджмент физической культуры и спорта» обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1. - ОК 4. ОК 6. - ОК 8. ПК 1.3. ПК 1.8. ПК 2.2. ПК 2.6. ПК 3.4. ПК 3.5.	рассчитывать по принятой методологии основные технико-экономические показатели деятельности организации в сфере физической культуры и спорта; использовать информацию о рынках, услугах сферы физической культуры и спорта; в соответствии с изменениями влияния внешней или внутренней среды определять направление менеджмента.	состав трудовых и финансовых ресурсов организации; основные фонды и оборотные средства организации сферы физической культуры и спорта, показатели их использования; основные технико-экономические показатели хозяйственно-финансовой деятельности организации; механизмы ценообразования на услуги организаций сферы физической культуры и спорта, формы оплаты труда; методику разработки бизнес-плана; содержание основных составляющих менеджмента в сфере физической культуры и спорта; методологию и технологию современного менеджмента; характер тенденций развития современного менеджмента; стратегию и тактику маркетинга.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	153
в т.ч. в форме практической подготовки	34
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	110
лекции	68
лабораторно-практические занятия	34
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	8
Самостоятельная работа	43
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет в 7 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Экономика физической культуры и спорта.		26	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
Тема 1.1. Основы экономики физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	26	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Экономика физической культуры и спорта как учебная дисциплина. Предмет и задачи курса «Экономика и менеджмент физической культуры и спорта».	2	
	Физическая культура и спорт как отрасль народного хозяйства. Физическая культура и спорт и их место в системе общественного воспроизводства и отраслевой структуре народного хозяйства. Сущность отрасли физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт как отрасль непродовольственной сферы: состояние и перспективы развития. Основные функции физической культуры и спорта, их взаимосвязь и роль в общественном развитии. Межотраслевые связи физической культуры и спорта. Структура отрасли (физическая культура, спорт). Условия и факторы функционирования отрасли. Основные показатели развития физической культуры и спорта.	2	
	Экономическая и социальная политика государства в области физической культуры и спорта. Причины участия государства в развитии физической культуры и спорта. Меры государственной поддержки развития физической культуры и спорта.	2	
	Организационно-экономические основы развития физической культуры и спорта в РФ. Система физической культуры и спорта. Сфера физической культуры и спорта. Организационная структура сферы физической культуры и спорта. Экономические отношения в сфере физической	4	

	культуры и спорта. Экономические категории и закономерности в сфере физической культуры и спорта. Услуга как продукт отрасли физической культуры и спорта. Основные черты и особенности услуг в сфере физической культуры и спорта. Классификация услуг физической культуры и спорта. Материальные услуги отрасли физической культуры и спорта. Социально-культурные услуги физической культуры и спорта и их классификация. Чистые общественные услуги. Чистые частные услуги. Смешанные услуги. Двойственная природа услуг физической культуры и спорта. Доступность услуг физической культуры и спорта. Спрос и предложение на рынке услуг отрасли физической культуры и спорта.		
	Ресурсы физической культуры и спорта. Экономические ресурсы. Ресурсы организации. Классификация ресурсов. Источники, принципы и порядок финансирования физической культуры и спорта. Бюджетное финансирование физической культуры и спорта. Внебюджетное финансирование физической культуры и спорта. Трудовые ресурсы физической культуры и спорта. Кадры (персонал) организации. Основные категории персонала физической культуры и спорта. Права и обязанности спортсменов в РФ. Оплата труда работников. Показатели, характеризующие кадры (персонал) организации. Материально-техническая база физической культуры и спорта. Основные средства физической культуры и спорта. Оценка основных средств. Ситуации с основными средствами. Оборотные средства физической культуры и спорта. Затраты в отрасли физической культуры и спорта.	6	
	Затраты в отрасли физической культуры и спорта.	2	
	Эффективность сферы физической культуры и спорта.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Структура физической культуры и спорта (ФКиС) как отрасли экономики, особенности, направления развития.	2	
	Практическое занятие. Экономические процессы сферы физической культуры и спорта (ФКиС).	2	
	Практическое занятие. Организационно-правовые формы организаций в сфере физической культуры и спорта (ФКиС).	2	
	Практическое занятие. Финансовое обеспечение отрасли физической культуры и спорта (ФКиС).	2	
Раздел 2. Экономический анализ		26	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8.,

в отрасли физической культуры и спорта.			ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
Тема 2.1. Основы экономического анализа в сфере физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	26	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Особенности экономического анализа в отрасли физической культуры и спорта. Экономический анализ. Сущность экономического анализа. Учреждения физической культуры как объект управления. Предмет экономического анализа. Слагаемые предмета экономического анализа. Цели и задачи экономического анализа в системе управления организацией. Классификация видов экономического анализа.	2	
	Методология экономического анализа. Группировка показателей оценки деятельности хозяйствующих субъектов. Информационное обеспечение экономического анализа. Системный подход к анализу хозяйственной деятельности организации. Этапы системного анализа.	2	
	Комплексный экономический анализ хозяйственной деятельности. Классификация факторов и резервов повышения эффективности хозяйственной деятельности. Методика расчета комплексных показателей оценки экстенсификации и интенсификации использования ресурсов. Методы комплексной оценки эффективности хозяйственной деятельности. Требования к комплексной оценке. Методы обобщающей (комплексной) оценки.	2	
	Анализ финансовой отчетности. Бухгалтерская и финансовая отчетность как информационная база анализа. Финансовый анализ: задачи, внутренний и внешний, взаимосвязь с управленческим анализом.	2	
	Финансовое состояние: содержание, программа анализа, система показателей. Формирование, расчет и анализ показателей прибыли. Факторный анализ прибыли от продаж. Анализ прибыли до налогообложения. Факторный анализ обобщающих показателей рентабельности. Факторные модели показателей общей рентабельности.	2	
	Комплексный экономический анализ. Управленческий анализ: сущность, задачи, его особенности, взаимосвязь с финансовым анализом. Виды и программа проведения управленческого анализа. Основные методы проведения управленческого анализа.	2	
	Бизнес-план и роль анализа в разработке основных показателей становления и развития бизнеса. Сметное планирование как основа сбалансированности финансовых показателей. Организация контроля за	2	

	исполнением смет, выявление и анализ отклонений (мониторинг сметы). Методы оценка объема, структуры и эффективности продаж (оказания услуг). Методы изучения и анализа спроса на услуги. Анализ объема работ и услуг. Показатели, характеризующие объем услуг. Анализ ценообразования на продукцию. Анализ материально-технической базы и других условий. Анализ материально-технического уровня. Анализ уровня организации. Анализ социальных условий и использования человеческого фактора.		
	Анализ и управление затратами. Классификации расходов и показатели затрат и себестоимости. Особенности анализа прямых и косвенных затрат. Факторный анализ себестоимости реализованной продукции. Основные факторы снижения расходов и себестоимости. Анализ формирования и использования ресурсного потенциала. Анализ использования основных производственных фондов предприятия.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10	
	Практическое занятие. Экономический анализ хозяйственной деятельности.	2	
	Практическое занятие. Финансовый анализ.	2	
	Практическое занятие. Управленческий анализ.	2	
	Практическое занятие. Бизнес-планирование.	4	
Раздел 3. Менеджмент физической культуры и спорта.		32	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
Тема 3.1. Факторы риска заболеваний.	Содержание учебного материала	32	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Теоретико-методологические основы управления физической культуры и спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Основные понятия в области физической культуры и спорта. Понятие менеджмент. Определения понятия «менеджмент». Функции в области менеджмента. Правовые, организационные, материально-технические и финансовые основы менеджмента и предпринимательства в сфере физической культуры и спорта.	2	
	Финансирование физической культуры и спорта. Доходы физкультурно-спортивных организаций от предпринимательской деятельности.	2	

Поступления из внебюджетных фондов. Налоговые льготы. Доходы от игорного бизнеса.		
Физкультурно-спортивная организация как система. Управление в различных типах спортивных организаций. Внешняя среда физкультурно-спортивных организаций. Экономические факторы. Политические факторы. Рыночные факторы. Технологические факторы. Международные факторы. Факторы конкуренции. Факторы социального поведения.	2	
Характеристики внешней среды. Внутренняя среда физкультурно-спортивных организаций. Виды организационных структур. Организация деятельности в области физической культуры и спорта.	2	
Управление персоналом в сфере физической культуры и спорта. Задачи системы управления персоналом. Этапы управления персоналом. Сущность проблемы взаимодействия человека и организации. Методы «научения поведению».	2	
Система подготовки специалистов физической культуры и спорта и функциональные обязанности персонала. Обязанности основных категорий специализированного персонала физкультурно-спортивной организации. Права и обязанности спортсменов.	2	
Мотивация деятельности. Иерархия потребностей по Маслоу. Факторы, влияющие на удовлетворенность в работе. Методы мотивации работников. Материальные и моральные методы стимулирования.	2	
Динамические процессы в организации. Типы поведения в группах. Целевые роли. Поддерживающие роли. Теории управления конфликтами и причинах конфликта в спортивных организациях. Качественное управление конфликтом.	2	
Коммуникации в сфере физической культуры и спорта. Средства для коммуникаций. Коммуникационный процесс. Уровни коммуникации. Основные типы результатов коммуникации. Коммуникационные сети. Межличностные и организационные барьеры в коммуникациях. Способы преодоления барьеров в межличностных коммуникациях.	2	
Информационное обеспечение менеджмента в физической культуре и спорте. Критерии управленческой информации. Информационное обеспечение отрасли «физическая культура и спорт».	2	
Процесс принятия управленческих решений. Классификация решений по признаку формирования. Этапы принятия управленческого решения. Приемы убеждения исполнителя в правильности или неизбежности	2	

	управленческого решения руководителя.		
	Стратегическое управление в сфере физической культуры и спорта. Основные этапы стратегического процесса. Содержание бизнес-плана. Стратегические цели развития спортивной организации. Выбор стратегии развития.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Внутренняя и внешняя среда физкультурно-спортивных организаций.	2	
	Практическое занятие. Управление спортивными организациями.	2	
	Практическое занятие. Особенности трудовой деятельности работников в сфере физической культуры и спорта (ФКиС).	2	
	Практическое занятие. Процесс коммуникации в организации сферы физической культуры и спорта (ФКиС). Конфликт, управление конфликтом.	2	
Раздел 4. Маркетинг физической культуры и спорта.		18	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
Тема 4.1. Маркетинговая деятельность в сфере физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	18	ОК 1. - ОК 4., ОК 6. - ОК 8., ПК 1.3., ПК 1.8., ПК 2.2., ПК 2.6., ПК 3.4., ПК 3.5.
	Основы маркетинга физической культуры и спорта. Сущность маркетинга в сфере физической культуры и спорта. Маркетинговая информационная система. Концепция маркетинга. Маркетинг спортивных событий. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг.	4	
	Маркетинговые исследования в спорте. Маркетинговая информация. Характеристики этапов проведения маркетингового исследования. Классификация методов маркетингового исследования. Маркетинговые исследования.	2	
	Маркетинговая среда в сфере физической культуры и спорта. Цель анализа факторов макроокружения. Общий комплекс конъюнктурных факторов макроокружения. Факторы микроокружения. SWOT-анализ.	2	
	Фундаментальные задачи маркетинговых коммуникаций. Процесс принятия решения о покупке физкультурно-оздоровительных услуг. Основные сегменты рынка услуг физкультурно-спортивных организаций.	2	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическое занятие. Маркетинговая деятельность в спорте.	2	

	Практическое занятие. Маркетинговые исследования для спортивной организации.	2	
	Практическое занятие. SWOT-анализ.	4	
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Основы экономики физической культуры и спорта. 2. Основы экономического анализа в сфере физической культуры и спорта. 3. Факторы риска заболеваний. 4. Маркетинговая деятельность в сфере физической культуры и спорта.		43	
Консультации		8	
Промежуточная аттестация		-	
Всего:		153	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет социально-гуманитарных дисциплин): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Коршунов, В. В. Экономика организации : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. В. Коршунов. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 345 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19927-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581083>

2. Мелёхин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для среднего профессионального образования / А. В. Мелёхин. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 479 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16823-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566286>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://www.urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Экономика организации : учебник для среднего профессионального образования /

Е. Н. Ключкова, В. И. Кузнецов, Т. Е. Платонова, Е. С. Дарда ; под редакцией Е. Н. Ключковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 370 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16988-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560917>

6. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для среднего профессионального образования / С. С. Филиппов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 251 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18085-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/580432>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий. «Не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития,	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.		
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.01 РУССКИЙ ЯЗЫК

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Шувалова О.Т., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Русский язык» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Русский язык» направлено на достижение следующих целей:

- совершенствование общеучебных умений и навыков обучаемых: языковых, речемыслительных, орфографических, пунктуационных, стилистических;
- формирование функциональной грамотности и всех видов компетенций: лингвистической (языковедческой), коммуникативной, культуроведческой;
- совершенствование умений обучающихся осмысливать закономерности языка, правильно, стилистически верно использовать языковые единицы в устной и письменной речи в разных речевых ситуациях;
- дальнейшее развитие и совершенствование способности и готовности к речевому взаимодействию и социальной адаптации; готовности к трудовой деятельности, осознанному выбору профессии; навыков самоорганизации и саморазвития; информационных умений и навыков.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	117
в т.ч. в форме практической подготовки	36
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	86
лекции	42
лабораторно-практические занятия	36
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	8
Самостоятельная работа	31
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Раздел 1. Язык. Функциональные стили речи.		17
Тема 1.1. Язык.	Содержание учебного материала	2
	Язык как средство общения и форма существования национальной культуры. Язык и общество. Язык как развивающееся явление. Русский язык в современном мире. Язык и культура. Отражение в русском языке материальной и духовной культуры русского и других народов. Понятие о русском литературном языке и языковой норме.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие Освоение общих закономерностей лингвистического анализа. Выполнение заданий по обобщению знаний о современном русском языке как науке и анализу методов языкового исследования.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Понятие о норме литературного языка.	Содержание учебного материала	2
	Виды речевой деятельности. Речевая ситуация и ее компоненты. Основные требования к речи: правильность, точность, выразительность, уместность употребления языковых средств.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Анализ основных стилевых разновидностей письменной и устной речи.	1
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Понятие о норме литературного языка»	2
Тема 1.3. Особенности	Содержание учебного материала	4

стилей речи. Типы речи.	Функциональные стили речи и их особенности. Разговорный стиль речи, его основные признаки, сфера использования. Научный стиль речи. Основные жанры научного стиля: доклад, статья, сообщение и др. Официально-деловой стиль речи, его признаки, назначение. Жанры официально-делового стиля: заявление, доверенность, расписка, резюме и др.	1
	Публицистический стиль речи, его назначение. Основные жанры публицистического стиля. Основы ораторского искусства. Подготовка публичной речи. Особенности построения публичного выступления. Художественный стиль речи, его основные признаки: образность, использование изобразительно-выразительных средств и др.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Определение типа, стиля, жанра текста (по заданному способу). Анализ структуры текста.	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности стилей речи. Типы речи»	3
Тема 1.4. Язык и речь.	Содержание учебного материала	4
	Текст как произведение речи. Признаки, структура текста. Сложное синтаксическое целое. Тема, основная мысль текста. Средства и виды связи предложений в тексте.	1
	Информационная переработка текста (план, тезисы, конспект, реферат, аннотация). Абзац как средство смыслового членения текста. Функционально-смысловые типы речи (повествование, описание, рассуждение). Соединение в тексте различных типов речи. Лингвостилистический анализ текста.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Лингвостилистический (стилистический, речеведческий) анализ текста. Освоение видов переработки текста.	1
	Практическое занятие. Изучение особенностей построения текста разных функциональных типов. Составление связного высказывания на заданную тему, в том числе на лингвистическую.	1
	Самостоятельная работа	-
Раздел 2. Фонетика, орфоэпия, графика, орфография.		6
Тема 2.1. Фонетические единицы.	Содержание учебного материала	2
	Фонетические единицы. Звук и фонема. Открытый и закрытый слоги. Соотношение буквы и звука. Фонетическая фраза. Ударение словесное и логическое. Роль ударения в	1

	стихотворной речи. Интонационное богатство русской речи. Фонетический разбор слова.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Выявление закономерностей функционирования фонетической системы русского языка.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.2. Орфоэпические нормы русского языка.	Содержание учебного материала	2
	Орфоэпические нормы: произносительные нормы и нормы ударения. Произношение гласных и согласных звуков, заимствованных слов. Использование орфоэпического словаря. Благозвучие речи. Звукопись как изобразительное средство. Ассонанс, аллитерация.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Сопоставление устной и письменной речи. Наблюдение над функционированием правил орфографии и пунктуации в образцах письменных текстов.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.3. Орфография.	Содержание учебного материала	2
	Правописание безударных гласных, звонких и глухих согласных. Употребление буквы ь. Правописание о/е после шипящих и ц. Правописание приставок на з- / с-. Правописание и/ы после приставок.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Фонетический, орфоэпический и графический анализ слова. Наблюдение над выразительными средствами фонетики.	1
	Самостоятельная работа	-
Раздел 3. Лексикология и фразеология.		18
Тема 3.1. Слово в лексической системе языка.	Содержание учебного материала	2
	Слово в лексической системе языка. Лексическое и грамматическое значение слова. Многозначность слова. Прямое и переносное значение слова. Метафора, метонимия как выразительные средства языка.	1
	Омонимы, синонимы, антонимы, паронимы и их употребление. Изобразительные возможности синонимов, антонимов, омонимов, паронимов. Контекстуальные синонимы и антонимы. Градация. Антитеза.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Слово в лексической системе языка»	3

Тема 3.2. Лексика с точки зрения ее употребления.	Содержание учебного материала	2
	Русская лексика с точки зрения ее происхождения (исконно русская, заимствованная лексика, старославянизмы). Лексика с точки зрения ее употребления: нейтральная, книжная, лексика устной речи (жаргонизмы, арготизмы, диалектизмы).	1
	Профессионализмы. Терминологическая лексика. Активный и пассивный словарный запас; архаизмы, историзмы, неологизмы. Особенности русского речевого этикета. Лексика, обозначающая предметы и явления традиционного русского быта. Фольклорная лексика и фразеология. Русские пословицы и поговорки.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Лингвистическое исследование лексических и фразеологических единиц – выведение алгоритма лексического анализа.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.3. Фразеологизмы.	Содержание учебного материала	2
	Фразеологизмы. Отличие фразеологизма от слова. Употребление фразеологизмов в речи. Афоризмы. Лексические и фразеологические словари. Лексико-фразеологический разбор.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Наблюдение над функционированием лексических единиц в собственной речи, выработка навыка составления текстов (устных и письменных) с лексемами различных сфер употребления. Лексический и фразеологический анализ слова.	1
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Фразеологизмы»	3
Тема 3.4. Лексические нормы.	Содержание учебного материала	4
	Лексические нормы. Лексические ошибки и их исправление. Ошибки в употреблении фразеологических единиц и их исправление.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Подбор текстов с изучаемым языковым явлением. Наблюдение над изобразительно-выразительными средствами лексики. Составление связного высказывания с использованием заданных лексем, в том числе на лингвистическую тему.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Лексические нормы»	2
Раздел 4. Морфемика, словообразование, орфография.		6
Тема 4.1. Понятие	Содержание учебного материала	2

морфемы как значимой части слова.		Понятие морфемы как значимой части слова. Многозначность морфем. Синонимия и антонимия морфем. Морфемный разбор слова.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Наблюдение над значением морфем и их функциями в тексте. Анализ одноструктурных слов с морфемами-омонимами; сопоставление слов с морфемами-синонимами.	1
		Самостоятельная работа	-
Тема 4.2. Способы словообразования.		Содержание учебного материала	2
		Способы словообразования. Словообразование знаменательных частей речи. Особенности словообразования профессиональной лексики и терминов. Понятие об этимологии. Словообразовательный анализ.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Распределение слов по словообразовательным гнездам, восстановление словообразовательной цепочки. Выработка навыка составления слов с помощью различных словообразовательных моделей и способов словообразования.	1
		Самостоятельная работа	-
Тема 4.3. Орфографические правила.		Содержание учебного материала	2
		Употребление приставок в разных стилях речи. Употребление суффиксов в разных стилях речи. Речевые ошибки, связанные с неоправданным повтором однокоренных слов. Правописание чередующихся гласных в корнях слов. Правописание приставок при- / пре. Правописание сложных слов.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Наблюдение над функционированием правил орфографии и пунктуации в образцах письменных текстов. Составление текстов (устных и письменных) с использованием однокоренных слов, слов одной структуры. Морфемный, словообразовательный, этимологический анализ для понимания внутренней формы слова, наблюдения за историческими процессами.	1
		Самостоятельная работа	-
Раздел 5. Морфология и орфография.			28
Тема 5.1. Грамматические признаки слова.		Содержание учебного материала	2
		Грамматические признаки слова (грамматическое значение, грамматическая форма и синтаксическая функция). Знаменательные и незнаменательные части речи и их роль в построении текста. Основные выразительные средства морфологии.	1

		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Исследование текста с целью освоения основных понятий морфологии: грамматические категории и грамматические значения; выведение алгоритма морфологического разбора.	1
		Самостоятельная работа	-
Тема 5.2. Имя существительное.		Содержание учебного материала	1
		Имя существительное. Лексико-грамматические разряды имен существительных. Род, число, падеж существительных. Склонение имен существительных. Правописание окончаний имен существительных. Правописание сложных существительных. Морфологический разбор имени существительного. Употребление форм имен существительных в речи.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	3
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Имя существительное»	3
Тема 5.3. Имя прилагательное. Имя числительное.		Содержание учебного материала	2
		Имя прилагательное. Лексико-грамматические разряды имен прилагательных. Степени сравнения имен прилагательных. Правописание суффиксов и окончаний имен прилагательных. Правописание сложных прилагательных. Морфологический разбор имени прилагательного. Употребление форм имен прилагательных в речи.	1
		Имя числительное Лексико-грамматические разряды имен числительных. Правописание числительных. Морфологический разбор имени числительного. Употребление числительных в речи. Сочетание числительных оба, обе, двое, трое и других с существительными разного рода.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	3
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Имя прилагательное. Имя числительное»	3
Тема 5.4. Местоимение.		Содержание учебного материала	1
		Местоимение. Значение местоимения. Лексико-грамматические разряды местоимений. Правописание местоимений. Морфологический разбор местоимения. Употребление местоимений в речи. Местоимение как средство связи предложений в тексте. Синонимия местоименных форм.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	3
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Местоимение»	3

Тема 5.5. Глагол.	Содержание учебного материала	4
	Глагол. Грамматические признаки глагола. Правописание суффиксов и личных окончаний глагола. Правописание не с глаголами. Морфологический разбор глагола. Употребление форм глагола в речи. Употребление в художественном тексте одного времени вместо другого, одного наклонения вместо другого с целью повышения образности и эмоциональности. Синонимия глагольных форм в художественном тексте.	1
	Причастие как особая форма глагола. Образование действительных и страдательных причастий. Правописание суффиксов и окончаний причастий. Правописание не с причастиями. Правописание -н- и -нн- в причастиях и отглагольных прилагательных. Причастный оборот и знаки препинания в предложении с причастным оборотом. Морфологический разбор причастия. Употребление причастий в текстах разных стилей. Синонимия причастий.	1
	Деепричастие как особая форма глагола. Образование деепричастий совершенного и несовершенного вида. Правописание не с деепричастиями. Деепричастный оборот и знаки препинания в предложениях с деепричастным оборотом. Морфологический разбор деепричастия. Употребление деепричастий в текстах разных стилей. Особенности построения предложений с деепричастиями. Синонимия деепричастий.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Наблюдение над значением словоформ разных частей речи и их функциями в тексте.	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Глагол»	3
Тема 5.6. Наречие. Слова категории состояния.	Содержание учебного материала	2
	Наречие. Грамматические признаки наречия. Степени сравнения наречий. Правописание наречий. Отличие наречий от слов-омонимов. Морфологический разбор наречия. Употребление наречия в речи. Синонимия наречий при характеристике признака действия. Использование местоименных наречий для связи предложений в тексте.	1
	Слова категории состояния (безлично-предикативные слова). Отличие слов категории состояния от слов-омонимов. Группы слов категории состояния. Их функции в речи. Служебные части речи.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Анализ и характеристика общего грамматического значения, морфологических и синтаксических признаков слов разных частей речи.	1
	Самостоятельная работа	-

Тема 5.7. Предлог и союз как части речи.	Содержание учебного материала	2
	Предлог как часть речи. Правописание предлогов. Отличие производных предлогов (в течение, в продолжение, вследствие и др.) от слов-омонимов. Употребление предлогов в составе словосочетаний. Употребление существительных с предлогами благодаря, вопреки, согласно и др.	1
	Союз как часть речи. Правописание союзов. Отличие союзов тоже, также, чтобы, зато от слов-омонимов. Употребление союзов в простом и сложном предложении. Союзы как средство связи предложений в тексте.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Выявление нормы употребления сходных грамматических форм в письменной речи обучающихся.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 5.8. Частица и междометия как части речи.	Содержание учебного материала	2
	Частица как часть речи. Правописание частиц. Правописание частиц не и ни с разными частями речи. Частицы как средство выразительности речи. Употребление частиц в речи.	1
	Междометия и звукоподражательные слова. Правописание междометий и звукоподражаний. Знаки препинания в предложениях с междометиями. Употребление междометий в речи.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Сопоставление лексического и грамматического значения слов.	1
	Самостоятельная работа	-
Раздел 6. Синтаксис и пунктуация.		
Тема 6.1. Основные единицы синтаксиса.	Содержание учебного материала	2
	Основные единицы синтаксиса. Словосочетание, предложение, сложное синтаксическое целое. Основные выразительные средства синтаксиса.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Исследование текстов для выявления существенных признаков синтаксических понятий, освоения основных научных положений о синтаксическом уровне современной системы русского языка, ее нормах и тенденциях развития.	1
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Основные единицы синтаксиса»	3
Тема 6.2. Словосочетание.	Содержание учебного материала	2
	Словосочетание. Строение словосочетания. Виды связи слов в словосочетании. Нормы	1

		построения словосочетаний. Синтаксический разбор словосочетаний. Значение словосочетания в построении предложения. Синонимия словосочетаний.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Наблюдение над существенными признаками словосочетания. Особенности употребления словосочетаний. Синонимия словосочетаний.	1
		Самостоятельная работа	-
Тема 6.3. Простое предложение.		Содержание учебного материала	4
		Простое предложение. Виды предложений по цели высказывания; восклицательные предложения. Интонационное богатство русской речи. Логическое ударение. Прямой и обратный порядок слов. Стилистические функции и роль порядка слов в предложении.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Наблюдение над существенными признаками простого и сложного предложения; использование способа анализа структуры и семантики простого и сложного предложени.	2
		Самостоятельная работа	3
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Простое предложение»	3
Тема 6.4. Грамматическая основа простого двусоставного предложения.		Содержание учебного материала	4
		Грамматическая основа простого двусоставного предложения. Тире между подлежащим и сказуемым. Согласование сказуемого с подлежащим. Синонимия составных сказуемых. Единство видовременных форм глаголов-сказуемых как средство связи предложений в тексте.	1
		Второстепенные члены предложения (определение, приложение, обстоятельство, дополнение). Роль второстепенных членов предложения в построении текста. Синонимия согласованных и несогласованных определений. Обстоятельства времени и места как средство связи предложений в тексте.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Наблюдение над функционированием правил пунктуации в образцах письменных текстов.	2
		Самостоятельная работа	-
Тема 6.5. Односоставные предложения.		Содержание учебного материала	4
		Односоставное и неполное предложение. Односоставные предложения с главным членом в форме подлежащего. Односоставные предложения с главным членом в форме сказуемого. Синонимия односоставных предложений. Предложения односоставные и двусоставные как синтаксические синонимы; использование их в разных типах и стилях	2

	речи. Использование неполных предложений в речи.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Упражнения по синтаксической синонимии: двусоставное/односоставное предложение, предложение с обособленными определениями и обстоятельствами /сложноподчиненное предложение с придаточными определительными и обстоятельственными и др.	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.6. Односложное простое предложение.	Содержание учебного материала	4
	Односложное простое предложение. Предложения с однородными членами и знаки препинания в них. Однородные и неоднородные определения. Использование однородных членов предложения в разных стилях речи. Синонимика ряда однородных членов предложения с союзами и без союзов. Предложения с обособленными и уточняющими членами. Обособление определений. Синонимия обособленных и необособленных определений. Обособление приложений. Обособление дополнений. Обособление обстоятельств. Роль сравнительного оборота как изобразительного средства языка. Уточняющие члены предложения. Стилистическая роль обособленных и необособленных членов предложения. Знаки препинания при словах, грамматически несвязанных с членами предложения. Вводные слова и предложения. Отличие вводных слов от знаменательных слов-омонимов. Использование вводных слов в речи; стилистическое различие между ними. Использование вводных слов как средства связи предложений в тексте. Знаки препинания при обращении. Использование обращений в разных стилях речи как средства характеристики адресата и передачи авторского отношения к нему.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Применение синтаксического и пунктуационного разбора простого предложения.	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.7. Сложное предложение.	Содержание учебного материала	2
	Сложное предложение. Сложносочиненное предложение. Знаки препинания в сложносочиненном предложении. Синонимика сложносочиненных предложений с различными союзами. Использование сложносочиненных предложений в речи.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Анализ ошибок и недочетов в построении простого (сложного) предложения. Анализ роли разных типов простых и сложных предложений в текстообразовании.	1

	Самостоятельная работа	-
Тема 6.8. Сложноподчиненное предложение.	Содержание учебного материала	2
	Сложноподчиненное предложение. Знаки препинания в сложноподчиненном предложении. Использование сложноподчиненных предложений в разных типах и стилях речи.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Составление схем простых и сложных предложений и составление предложений по схемам.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.9. Бессоюзное сложное предложение.	Содержание учебного материала	2
	Бессоюзное сложное предложение. Знаки препинания в бессоюзном сложном предложении. Использование бессоюзных сложных предложений в речи. Знаки препинания в сложном предложении с разными видами связи. Синонимика простых и сложных предложений (простые и сложноподчиненные предложения, сложные союзные и бессоюзные предложения).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Составление связного высказывания с использованием предложений определенной структуры, в том числе на лингвистическую тему.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.10. Способы передачи чужой речи.	Содержание учебного материала	2
	Способы передачи чужой речи. Знаки препинания при прямой речи. Замена прямой речи косвенной. Знаки препинания при цитатах. Оформление диалога. Знаки препинания при диалоге.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Сопоставление устной и письменной речи.	1
	Самостоятельная работа	-
Консультации		8
Промежуточная аттестация		-
Всего:		117

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Русский язык : 10—11-е классы : базовый уровень : учебник / Л. М. Рыбченкова, О. М. Александрова, А. Г. Нарушевич [и др.]. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-09-120121-5. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497750>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Гусарова, И. В. Русский язык : 10-й класс : базовый и углублённый уровни : учебник / И. В. Гусарова. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 480 с. — ISBN 978-5-09-120697-5. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497747>
6. Гусарова, И. В. Русский язык : 11-й класс : базовый и углублённый уровни : учебник / И. В. Гусарова. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 447 с. — ISBN 978-5-09-120698-2. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497753>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	

		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.02 ЛИТЕРАТУРА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Шувалова О.Т., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Литература» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Литература» направлено на достижение следующих целей:

- воспитание духовно развитой личности, готовой к самопознанию и самосовершенствованию, способной к созидательной деятельности в современном мире; формирование гуманистического мировоззрения, национального самосознания, гражданской позиции, чувства патриотизма, любви и уважения к литературе и ценностям отечественной культуры;

- развитие представлений о специфике литературы в ряду других искусств, культуры читательского восприятия художественного текста, понимания авторской позиции, исторической и эстетической обусловленности литературного процесса; образного и аналитического мышления, эстетических и творческих способностей учащихся, читательских интересов, художественного вкуса; устной и письменной речи учащихся;

- освоение текстов художественных произведений в единстве содержания и формы, основных историко-литературных сведений и теоретико-литературных понятий; формирование общего представления об историко-литературном процессе;

- совершенствование умений анализа и интерпретации литературного произведения как художественного целого в его историко-литературной обусловленности с использованием теоретико-литературных знаний; написания сочинений различных типов; поиска, систематизации и использования необходимой информации, в том числе в сети Интернет.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	176
в т.ч. в форме практической подготовки	57
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	127
лекции	60
лабораторно-практические занятия	57
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	49
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Историко-культурный процесс и периодизация русской литературы. Специфика литературы как вида искусства. Взаимодействие русской и западноевропейской литературы. Самобытность русской литературы (с обобщением ранее изученного материала). Значение литературы при освоении специальностей СПО.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Русская литература XIX века.		77
Тема 1.1. Развитие русской литературы и культуры в первой половине XIX века.	Содержание учебного материала	8
	Развитие русской литературы и культуры в первой половине XIX века. Историко-культурный процесс рубежа XVIII – XIX веков. Романтизм. Особенности русского романтизма. Литературные общества и кружки. Зарождение русской литературной критики. Становление реализма в русской литературе. Русское искусство. Александр Сергеевич Пушкин (1799 – 1837). Личность писателя. Жизненный и творческий путь (с обобщением ранее изученного). Детство и юность. Петербург и вольнолюбивая лирика. Южная ссылка и романтический период творчества. Михайловское: темы, мотивы и художественное своеобразие творчества. Становление реализма в творчестве Пушкина. Роль Пушкина в становлении русского литературного языка. Болдинская осень в творчестве Пушкина. Пушкин-мыслитель. Творчество А.С. Пушкина в критике и литературоведении. Жизнь произведений Пушкина в других видах искусства. «Чувства добрые» в лирике А.С. Пушкина: мечты о «вольности святой». Душевное благородство и гармоничность в выражении любовного чувства. Поиски смысла бытия, внутренней свободы. Отношения человека с Богом. Осмысление высокого назначения художника, его миссии пророка. Идея преемственности поколений. Осмысление исторических процессов с гуманистических позиций. Нравственное решение проблем человека и его времени.	2

	Михаил Юрьевич Лермонтов (1814 – 1841). Личность и жизненный путь М.Ю. Лермонтова (с обобщением ранее изученного). Темы, мотивы и образы ранней лирики Лермонтова. Жанровое и художественное своеобразие творчества М.Ю. Лермонтова петербургского и кавказского периодов. Тема одиночества в лирике Лермонтова. Поэт и общество. Трагизм любовной лирики Лермонтова.	
	Николай Васильевич Гоголь (1809 – 1852). Личность писателя, жизненный и творческий путь (с обобщением ранее изученного). «Петербургские повести»: проблематика и художественное своеобразие. Особенности сатиры Гоголя. Значение творчества Н.В. Гоголя в русской литературе.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Анализ поэмы А.С. Пушкина «Медный всадник». Анализ стихотворений А.С. Пушкина и М.Ю. Лермонтова.	2
	Практическое занятие. Анализ эпизода из повести Н.В. Гоголя «Портрет».	2
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Развитие русской литературы и культуры в первой половине XIX века»	10
Тема 1.2. Особенности развития русской литературы во второй половине XIX века.	Содержание учебного материала	41
	Особенности развития русской литературы во второй половине XIX века. Культурно-историческое развитие России середины XIX века. Конфликт либерального дворянства и разночинной демократии. Отмена крепостного права. Крымская война. Народничество. Укрепление реалистического направления в русской живописи второй половины XIX века. (И.К. Айвазовский, В.В. Верещагин, В.М. Васнецов, Н.Н. Ге, И.Н. Крамской, В.Г. Перов, И.Е. Репин, В.И. Суриков). Мастера русского реалистического пейзажа (И.И. Левитан, В.Д. Поленов, А.К. Саврасов, И.И. Шишкин, Ф.А. Васильев, А.И. Куинджи). Содружество русских композиторов «Могучая кучка» (М.А. Балакирев, М.П. Мусоргский, А.И. Бородин, Н.А. Римский-Корсаков). Малый театр – «второй Московский университет в России». М.С. Щепкин – основоположник русского сценического реализма. Первый публичный музей национального русского искусства – Третьяковская галерея в Москве. Литературная критика и журнальная полемика 1860-х годов о «лишних людях» и «новом человеке» в журналах «Современник», «Отечественные записки», «Русское слово». Газета «Колокол», общественно-политическая и литературная деятельность А.И. Герцена, В.Г. Белинского. Развитие реалистических традиций в прозе (И.С. Тургенев, И.А. Гончаров, Л.Н.	2

	Толстой, Ф.М. Достоевский, Н.С. Лесков и др.). Новые типы героев в русской литературе. Нигилистический и антинигилистический роман (Н.Г. Чернышевский, И.С. Тургенев). Драматургия А.Н. Островского и А.П. Чехова и ее сценическое воплощение. Поэзия «чистого искусства», и реалистическая поэзия.	
	Александр Николаевич Островский (1823 – 1886). Жизненный и творческий путь А.Н. Островского (с обобщением ранее изученного). Социально-культурная новизна драматургии А.Н. Островского. Темы «горячего сердца» и «темного царства» в творчестве А.Н. Островского. Драма «Гроза». Творческая история драмы. Жанровое своеобразие. Художественные особенности драмы. Калинов и его обитатели (система персонажей). Самобытность замысла, оригинальность основного характера, сила трагической развязки в судьбе героев драмы. Символика грозы. Образ Катерины – воплощение лучших качеств женской натуры. Конфликт романтической личности с укладом жизни, лишенной народных нравственных основ. Мотивы искушений, мотив своеволия и свободы в драме. Катерина в оценке Н.А. Добролюбова и Д.И. Писарева. Позиция автора и его идеал. Роль персонажей второго ряда в пьесе. Драма «Бесприданница». Социальные и нравственные проблемы в драме. Лариса и ее окружение. Художественные особенности драмы «Бесприданница». Основные сюжетные линии драмы. Тема «маленького человека» в драме «Бесприданница». Малый театр и драматургия А.Н. Островского.	2
	Иван Александрович Гончаров (1812 – 1891). Жизненный путь и творческая биография И.А. Гончарова. Роль В.Г. Белинского в жизни И.А. Гончарова. «Обломов». Творческая история романа. Своеобразие сюжета и жанра произведения. Проблема русского национального характера в романе. Сон Ильи Ильича как художественно-философский центр романа. Образ Обломова. Противоречивость характера Обломова. Обломов как представитель своего времени и вневременной образ. Типичность образа Обломова. Эволюция образа Обломова. Штольц и Обломов. Прошлое и будущее России. Проблемы любви в романе. Любовь как лад человеческих отношений (Ольга Ильинская – Агафья Пшеницына). Оценка романа «Обломов» в критике (Н. Добролюбова, Д.И. Писарева, И. Анненского и др.). Роман «Обрыв». Отражение смены эпох в обществе и нравах. Многообразие типов и характеров в романе. Трагическая судьба незаурядного человека в романе. Гончаров – мастер пейзажа. Тема России в романах Гончарова.	2
	Иван Сергеевич Тургенев (1818 – 1883). Жизненный и творческий путь И.С. Тургенева (с обобщением ранее изученного). Психологизм творчества Тургенева. Тема любви в творчестве И.С. Тургенева (повести «Ася», «Первая любовь», «Стихотворения в прозе»). Их	2

	художественное своеобразие. Тургенев-романист (обзор одного-двух романов с чтением эпизодов). Типизация общественных явлений в романах И.С. Тургенева. Своеобразие художественной манеры Тургенева-романиста. Роман «Отцы и дети». Смысл названия романа. Отображение в романе общественно-политической обстановки 1860-х годов. Проблематика романа. Особенности композиции романа. Базаров в системе образов романа. Нигилизм Базарова и пародия на нигилизм в романе (Ситников и Кукшина). Взгляды Базарова на искусство, природу, общество. Базаров и Кирсановы. Базаров и Одинцова. Любовная интрига в романе и ее роль в раскрытии идейно-эстетического содержания романа. Базаров и родители. Сущность споров, конфликт «отцов» и «детей». Значение заключительных сцен романа в раскрытии его идейно-эстетического содержания. Авторская позиция в романе. Полемика вокруг романа «Отцы и дети» (Д.И. Писарев, Н. Страхов, М. Антонович).	
	Николай Гаврилович Чернышевский (1828 – 1889). Краткий очерк жизни и творчества Н.Г. Чернышевского. Эстетические взгляды Чернышевского и их отражение в романе. Особенности жанра и композиции романа. Утопические идеи в романе Н.Г. Чернышевского. Нравственные и идеологические проблемы в романе. «Женский вопрос» в романе. Образы «новых людей». Теория «разумного эгоизма». Образ «особенного человека» Рахметова. Противопоставление «новых людей» старому миру. Теория «разумного эгоизма» как философская основа романа. Роль снов Веры Павловны в романе. Четвертый сон как социальная утопия. Смысл финала романа.	2
	Николай Семенович Лесков (1831 – 1895). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Художественный мир писателя. Праведники Н.С. Лескова. Творчество Н.С. Лескова в 1870-е годы (обзор романа «Соборяне»). Повесть «Очарованный странник». Особенности композиции и жанра. Образ Ивана Флягина. Тема трагической судьбы талантливого русского человека. Смысл названия повести. Особенности повествовательной манеры Н.С. Лескова. Традиции житийной литературы в повести «Очарованный странник».	2
	Михаил Евграфович Салтыков-Щедрин (1826 – 1889). Жизненный и творческий путь М.Е. Салтыкова-Щедрина (с обобщением ранее изученного). Мировоззрение писателя. Жанровое своеобразие, тематика и проблематика сказок М.Е. Салтыкова-Щедрина. Своеобразие фантастики в сказках М.Е. Салтыкова-Щедрина. Иносказательная образность сказок. Гротеск, аллегория, символика, язык сказок. Обобщающий смысл сказок. Замысел, история создания «Истории одного города». Своеобразие жанра, композиции. Образы градоначальников. Элементы антиутопии в «Истории одного города». Приемы	2

	сатирической фантастики, гротеска, художественного иносказания. Эзопов язык. Роль Салтыкова-Щедрина в истории русской литературы.	
	Федор Михайлович Достоевский (1821 – 1881). Сведения из жизни писателя (с обобщением ранее изученного). Роман «Преступление и наказание» Своеобразие жанра. Особенности сюжета. Отображение русской действительности в романе. Социальная и нравственно-философская проблематика романа. Социальные и философские основы бунта Раскольникова. Смысл теории Раскольникова. Проблема «сильной личности» и «толпы», «твари дрожащей» и «имеющих право» и ее опровержение в романе. Тайны внутреннего мира человека: готовность к греху, попранию высоких истин и нравственных ценностей. Драматичность характера и судьбы Родиона Раскольникова. Сны Раскольникова в раскрытии его характера и общей композиции романа. Эволюция идеи «двойничества». Страдание и очищение в романе. Символические образы в романе. Символическое значение образа «вечной Сонечки». Своеобразие воплощения авторской позиции в романе. «Правда» Раскольникова и «правда» Сони. Петербург Достоевского. Библейские мотивы в произведении. Споры вокруг романа и его главного героя. Роман «Униженные и оскорбленные». Жанровое своеобразие романа. Особенности сюжета. Боль за униженных, угнетенных в произведении. Сложный, богатый внутренний мир «маленького человека». Развитие гуманистических традиций Пушкина и Гоголя. Роман «Идиот». Жанровое своеобразие романа. Особенности сюжета. Философская глубина, нравственная проблематика романа. Трагичность взаимоотношений героев с внешним миром. Князь Мышкин как «идеальный герой». Настасья Филипповна – один из лучших женских образов Достоевского.	2
	Лев Николаевич Толстой (1828 – 1910). Жизненный путь и творческая биография (с обобщением ранее изученного). Духовные искания писателя. Роман-эпопея «Война и мир». Жанровое своеобразие романа. Особенности композиционной структуры романа. Художественные принципы Толстого в изображении русской действительности: следование правде, психологизм, «диалектика души». Соединение в романе идеи личного и всеобщего. Символическое значение понятий «война» и «мир». Духовные искания Андрея Болконского, Пьера Безухова, Наташи Ростовой. Светское общество в изображении Толстого, осуждение его бездуховности и лжепатриотизма. Авторский идеал семьи в романе. Правдивое изображение войны и русских солдат – художественное открытие Л.Н. Толстого. Бородинская битва – величайшее проявление русского патриотизма, кульминационный момент романа. «Дубина народной войны»,	2

	партизанская война в романе. Образы Тихона Щербатого и Платона Каратаева, их отношение к войне. Народный полководец Кутузов. Кутузов и Наполеон в авторской оценке. Проблема русского национального характера. Осуждение жестокости войны в романе. Развенчание идеи «наполеонизма». Патриотизм в понимании писателя. «Севастопольские рассказы». Отражение перелома во взглядах писателя на жизнь в севастьяпольский период. Война как явление, противоречащее человеческой природе. Сила духа русского народа в представлении Толстого. Настоящие защитники Севастополя и «маленькие Наполеоны». Контраст между природой и деяниями человека на земле. Утверждение духовного начала в человеке. Особенности поэтики Толстого. Значение «Севастопольских рассказов» в творчестве Л.Н. Толстого. Роман «Анна Каренина». Светское общество конца XIX века в представлении Толстого. История Анны Карениной: долг и чувство. «Мысль семейная» в романе «Анна Каренина». Краткий обзор творчества позднего периода: «Крейцерова соната», «Хаджи-Мурат». Мировое значение творчества Л.Н. Толстого. Л.Н. Толстой и культура XX века.	
	Антон Павлович Чехов (1860 – 1904). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Своеобразие и всепроникающая сила чеховского творчества. Художественное совершенство рассказов А.П. Чехова. Новаторство Чехова. Периодизация творчества Чехова. Работа писателя в журналах. Чехов-репортер. Юмористические рассказы. Пародийность ранних рассказов. Новаторство Чехова в поисках жанровых форм. Новый тип рассказа. Герои рассказов Чехова. Особенности изображения «маленького человека» в прозе А.П. Чехова. Драматургия Чехова. Комедия «Вишневый сад». История создания, жанр, система персонажей. Сложность и многозначность отношений между персонажами. Разрушение дворянских гнезд в пьесе. Сочетание комического и драматического в пьесе «Вишневый сад». Лиризм и юмор в пьесе «Вишневый сад». Смысл названия пьесы. Особенности символов. Драматургия А.П. Чехова и Московский Художественный театр. Театр Чехова – воплощение кризиса современного общества. Роль А.П. Чехова в мировой драматургии театра. Критика о Чехове (И. Анненский, В. Пьецух).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	21
	Практическое занятие. Анализ пятого действия пьесы А.Н. Островского «Гроза».	2
	Практическое занятие. Анализ главы «Сон Обломова» из романа «Обломов» И.А. Гончарова.	2
	Практическое занятие. Проблематика романа «Отцы и дети». Анализ эпизода главы 10 романа И.С. Тургенева «Отцы и дети».	2

	Практическое занятие. Лингвистический анализ ключевых понятий повести Н.С. Лескова «Очарованный странник».	2
	Практическое занятие. Анализ главы «Органчик» из романа М.Е. Салтыкова-Щедрина «История одного города».	2
	Практическое занятие. Характеристика главных героев романа «Преступление и наказание» Ф.М. Достоевского. Анализ эпизода главы 4 части 4 из романа Ф.М. Достоевского «Преступление и наказание».	2
	Практическое занятие. Любимые герои Л.Н. Толстого в романе-эпопее «Война и мир».	2
	Практическое занятие. Анализ эпизода главы 16 части 3 тома 2 из романа-эпопеи Л.Н. Толстого «Война и мир».	2
	Практическое занятие. Анализ рассказа А.П. Чехова «Ионыч».	2
	Практическое занятие. Анализ пьесы А.П. Чехова «Вишневый сад».	2
	Практическое занятие. Анализ рассказа А.П. Чехова «Студент».	1
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития русской литературы во второй половине XIX века»	10
Тема 1.3. Поэзия второй половины XIX века.	Содержание учебного материала	8
	Поэзия второй половины XIX века. Обзор русской поэзии второй половины XIX века. Идеиная борьба направлений «чистого искусства» и гражданской литературы. Стилевое, жанровое и тематическое разнообразие русской лирики второй половины XIX века. Федор Иванович Тютчев (1803 – 1873). Жизненный и творческий путь Ф.И. Тютчева (с обобщением ранее изученного). Философская, общественно-политическая и любовная лирика Ф.И. Тютчева. Художественные особенности лирики Ф.И. Тютчева. Афанасий Афанасьевич Фет (1820 – 1892). Жизненный и творческий путь А.А. Фета (с обобщением ранее изученного). Эстетические взгляды поэта и художественные особенности лирики А.А. Фета. Темы, мотивы и художественное своеобразие лирики А.А. Фета.	2
	Алексей Константинович Толстой (1817 – 1875). Жизненный и творческий путь А.К. Толстого. Идеино-тематические и художественные особенности лирики А.К. Толстого. Многожанровость наследия А.К. Толстого. Сатирическое мастерство Толстого. Николай Алексеевич Некрасов (1821 – 1878). Жизненный и творческий путь Н.А. Некрасова (с обобщением ранее изученного). Гражданская позиция поэта. Журнал «Современник». Своеобразие тем, мотивов и образов поэзии Н.А. Некрасова 1840 – 1850-х и 1860 – 1870-х годов. Жанровое своеобразие лирики Некрасова. Любовная лирика Н.А. Некрасова. Поэма	2

	«Комуна Руси жить хорошо». Замысел поэмы, жанр, композиция. Сюжет. Нравственная проблематика. Авторская позиция. Многообразие крестьянских типов. Проблема счастья. Сатирические портреты в поэме. Языковое и стилистическое своеобразие произведений Н.А. Некрасова.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Анализ творчества Ф.И. Тютчева и А.А. Фета.	2
	Практическое занятие. Поэма Н.А. Некрасова «Кому на Руси жить хорошо». Тема, идея, композиция. Народные образы (Яким Нагой, Ермил Гирин, Савелий, богатырь святорусский). Образ русской крестьянки.	2
	Самостоятельная работа	-
Раздел 2. Литература XX века.		95
Тема 2.1. Особенности развития литературы и других видов искусства в начале XX века.	Содержание учебного материала	14
	Особенности развития литературы и других видов искусства в начале XX века. Серебряный век как культурно-историческая эпоха. Идеологический и эстетический плюрализм эпохи. Расцвет русской религиозно-философской мысли. Кризис гуманизма и религиозные искания в русской философии. Основные тенденции развития прозы. Реализм и модернизм в литературном процессе рубежа веков. Стилиевая дифференциация реализма (Л.Н. Толстой, В.Г. Короленко, А.П. Чехов, И.С. Шмелев). Дискуссия о кризисе реализма. Обращение к малым эпическим формам. Модернизм как реакция на кризис реализма. Журналы сатирического направления («Сатирикон», «Новый Сатирикон»). Русская литература на рубеже веков. Иван Алексеевич Бунин (1870 – 1953). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Лирика И.А. Бунина. Своеобразие поэтического мира И.А. Бунина. Философичность лирики Бунина. Поэтизация родной природы; мотивы деревенской и усадебной жизни. Тонкость передачи чувств и настроений лирического героя в поэзии И.А. Бунина. Особенности поэтики И.А. Бунина. Проза И.А. Бунина. «Живопись словом» – характерная особенность стиля И.А. Бунина. Судьбы мира и цивилизации в творчестве И.А. Бунина. Русский национальный характер в изображении Бунина. Общая характеристика цикла рассказов «Темные аллеи». Тема любви в творчестве И.А. Бунина, новизна ее в сравнении с классической традицией. Слово, подробность, деталь в поэзии и прозе. Тема «дворянского гнезда» на рубеже XIX – XX веков,	2

	ее решение в рассказе И.А. Бунина «Антоновские яблоки» и пьесе А.П. Чехова «Вишневый сад». Реалистическое и символическое в прозе и поэзии. Критики о Бунине (В. Брюсов, Ю. Айхенвальд, З. Шаховская, О. Михайлов). Александр Иванович Куприн (1870 – 1938). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Повести «Гранатовый браслет», «Олеся». Воспевание здоровых человеческих чувств в произведениях А.И. Куприна. Традиции романтизма и их влияние на творчество А.И. Куприна. Трагизм любви в творчестве А.И. Куприна. Тема «естественного человека» в творчестве Куприна (повесть «Олеся»). Поэтическое изображение природы, богатство духовного мира героев. Нравственные и социальные проблемы в рассказах Куприна. Осуждение пороков современного общества. Повесть «Гранатовый браслет». Смысл названия повести, спор о сильной, бескорыстной любви, тема неравенства в повести. Трагический смысл произведения. Любовь как великая и вечная духовная ценность. Трагическая история любви «маленького человека». Столкновение высоты чувства и низости жизни как лейтмотив произведений А.И. Куприна о любви. Решение темы любви и истолкование библейского сюжета в повести «Суламифь». Обличительные мотивы в творчестве А.И. Куприна. Образ русского офицера в литературной традиции («Поединок»). Армия как модель русского общества рубежа XIX—XX веков. Изображение офицерской среды, строевой и казарменной жизни солдат, личных отношений между людьми. Освещение проблемы личности как «нравственного воскресения» героя. Ситуация дуэли: преломление традиции как отражение времени. Социальные и нравственные проблемы в повести. Традиции психологизма Л.Н. Толстого в творчестве Куприна. Критики о Куприне (Ю. Айхенвальд, М. Горький, О. Михайлов).	
	Серебряный век русской поэзии. Обзор русской поэзии и поэзии народов России конца XIX – начала XX века. Константин Бальмонт, Валерий Брюсов, Андрей Белый, Николай Гумилев, Осип Мандельштам, Марина Цветаева, Георгий Иванов, Владислав Ходасевич, Игорь Северянин, Михаил Кузмин, Габдулла Тукай и др. Общая характеристика творчества. Проблема традиций и новаторства в литературе начала XX века. Формы ее разрешения в творчестве реалистов, символистов, акмеистов, футуристов. Серебряный век как своеобразный «русский ренессанс». Литературные течения поэзии русского модернизма: символизм, акмеизм, футуризм (общая характеристика направлений). Поэты, творившие вне литературных течений: И.Ф. Анненский, М.И. Цветаева. Символизм. Истоки русского символизма. Влияние западноевропейской философии и поэзии на	2

	творчество русских символистов. Философские основы и эстетические принципы символизма, его связь с романтизмом. Понимание символа символистами (задача предельного расширения значения слова, открытие тайн как цель нового искусства). Конструирование мира в процессе творчества, идея “творимой легенды”. Музыкальность стиха. «Старшие символисты» (В.Я. Брюсов, К.Д. Бальмонт, Ф.К. Сологуб) и «младосимволисты» (А. Белый, А.А. Блок). Философские основы и эстетические принципы символизма, его связь с романтизмом. Валерий Яковлевич Брюсов. Сведения из биографии. Основные темы и мотивы поэзии Брюсова. Своеобразие решения темы поэта и поэзии. Культ формы в лирике Брюсова. Константин Дмитриевич Бальмонт. Сведения из биографии. Основные темы и мотивы поэзии Бальмонта. Музыкальность стиха, изящество образов. Стремление к утонченным способам выражения чувств и мыслей. Андрей Белый. Сведения из биографии. Интуитивное постижение действительности. Тема родины, боль и тревога за судьбы России. Восприятие революционных событий как пришествия нового Мессии. Акмеизм. Истоки акмеизма. Программа акмеизма в статье Н.С. Гумилева «Наследие символизма и акмеизм». Утверждение акмеистами красоты земной жизни, возвращение к «прекрасной ясности», создание зримых образов конкретного мира. Идея поэтаременника. Николай Степанович Гумилев. Сведения из биографии. Героизация действительности в поэзии Гумилева, романтическая традиция в его лирике. Своеобразие лирических сюжетов. Экзотическое, фантастическое и прозаическое в поэзии Гумилева. Футуризм. Манифесты футуризма, их пафос и проблематика. Поэт как миссионер “нового искусства”. Декларация о разрыве с традицией, абсолютизация “самовитого” слова, приоритет формы над содержанием, вторжение грубой лексики в поэтический язык, неологизмы, эпатаж. Звуковые и графические эксперименты футуристов. Группы футуристов: эгофутуристы (И. Северянин), кубофутуристы (В.В. Маяковский, В. Хлебников), «Центрифуга» (Б.Л. Пастернак). Игорь Северянин. Сведения из биографии. Эмоциональная взволнованность и ироничность поэзии Северянина,	

	оригинальность его словотворчества. Хлебников Велимир Владимирович. Сведения из биографии. Слово в художественном мире поэзии Хлебникова. Поэтические эксперименты. Хлебников как поэт-философ. Новокрестьянская поэзия. Особое место в литературе начала века крестьянской поэзии. Продолжение традиций русской реалистической крестьянской поэзии XIX века в творчестве Н.А. Клюева, С.А. Есенина. Николай Алексеевич Клюев. Сведения из биографии. Крестьянская тематика, изображение труда и быта деревни, тема родины, неприятие городской цивилизации. Выражение национального русского самосознания. Религиозные мотивы.	
	Максим Горький (1868 – 1936). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). М. Горького как ранний образец социалистического реализма. Правда жизни в рассказах Горького. Типы персонажей в романтических рассказах писателя. Тематика и проблематика романтического творчества Горького. Поэтизация гордых и сильных людей. Авторская позиция и способ ее воплощения. Пьеса «На дне». Изображение правды жизни в пьесе и ее философский смысл. Герои пьесы. Спор о назначении человека. Авторская позиция и способы ее выражения. Новаторство Горького-драматурга. Горький и МХАТ. Горький-романист. Публицистика М. Горького: «Несвоевременные мысли». Поэтика заглавия. Выражение неприятия М. Горьким революционной действительности 1917 – 1918 годов как источник разногласий между М. Горьким и большевиками. Цикл публицистических статей М. Горького в связи с художественными произведениями писателя. Проблемы книги «Несвоевременные мысли». Критики о Горьком. (А. Луначарский, В. Ходасевич, Ю. Анненский). Александр Александрович Блок (1880 – 1921). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Природа социальных противоречий в изображении поэта. Тема исторического прошлого в лирике Блока. Тема родины, тревога за судьбу России в лирике Блока. Поэма «Двенадцать». Сложность восприятия Блоком социального характера революции. Сюжет поэмы и ее герои. Борьба миров. Изображение «мирового пожара», неоднозначность финала, образ Христа в поэме. Композиция, лексика, ритмика, интонационное разнообразие поэмы.	2

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Анализ творчества поэтов серебряного века (В.Я. Брюслюв, К.Д. Бальмонт, А. Белый, Н.С. Гумилев, И. Северянин).	2
	Практическое занятие. Анализ повести А.И. Куприна «Гранатовый браслет».	2
	Практическое занятие. Анализ пьесы М. Горького «На дне».	2
	Практическое занятие. Анализ поэмы А.А. Блока «Двенадцать».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы и других видов искусства в начале XX века»	4
Тема 2.2. Особенности развития литературы 1920-х годов.	Содержание учебного материала	6
	Особенности развития литературы 1920-х годов. Противоречивость развития культуры в 1920-е годы. Литературный процесс 1920-х годов. Литературные группировки и журналы (РАПП, «Перевал», конструктивизм; «На посту», «Красная новь», «Новый мир» и др.). Политика партии в области литературы в 1920-е годы. Тема России и революции в творчестве поэтов разных поколений и мировоззрений (А. Блок, А. Белый, М. Волошин, А. Ахматова, М. Цветаева, О. Мандельштам, В. Ходасевич, В. Луговской, Н. Тихонов, Э. Багрицкий, М. Светлов и др.). Эксперименты со словом в поисках поэтического языка новой эпохи (В. Хлебников, А. Крученых, поэты-обериуты). Единство и многообразие русской литературы («Серapiионовы братья», «Кузница» и др.). Разнообразие идейно-художественных позиций советских писателей в освещении темы революции и Гражданской войны. Владимир Владимирович Маяковский (1893 – 1930). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Поэтическая новизна ранней лирики: необычное содержание, гиперболичность и пластика образов, яркость метафор, контрасты и противоречия. Тема несоответствия мечты и действительности, несовершенства мира в лирике поэта. Проблемы духовной жизни. Характер и личность автора в стихах о любви. Сатира Маяковского. Обличение мещанства и «новообращенных». Поэма «Во весь голос». Тема поэта и поэзии. Новаторство поэзии Маяковского. Образ поэта-гражданина.	2
	Сергей Александрович Есенин (1895 – 1925). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Поэтизация русской природы, русской деревни. Развитие темы родины как выражение любви к России. Художественное своеобразие творчества Есенина: глубокий лиризм, необычайная образность, зрительность впечатлений, цветопись, принцип пейзажной живописи, народно-песенная основа стихов.	2

	Поэма «Анна Снегина» — поэма о судьбе человека и Родины. Лирическое и эпическое в поэме. Александр Александрович Фадеев (1901 – 1956). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Роман «Разгром». Гуманистическая направленность романа. Долг и преданность идее. Проблема человека и революции. Новаторский характер романа. Психологическая глубина изображения характеров. Революционная романтика. Poleмика вокруг романа.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. «Анализ стихотворения В.В. Маяковского «Послушайте!». Анализ поэмы С.А. Есенина «Анна Снегина».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы 1920-х годов»	4
Тема 2.3. Особенности развития литературы 1930 – начала 1940-х годов.	Содержание учебного материала	12
	Особенности развития литературы 1930 – начала 1940-х годов. Становление новой культуры в 1930-е годы. Поворот к патриотизму в середине 1930-х годов (в культуре, искусстве и литературе). Первый съезд советских писателей и его значение. Социалистический реализм как новый художественный метод. Противоречия в его развитии и воплощении. Отражение индустриализации и коллективизации; поэтизация социалистического идеала в творчестве Н. Островского, Л. Леонова, В. Катаева, М. Шолохова, Ф. Гладкова, М. Шагинян, Вс. Вишневского, Н. Погодина, Э. Багрицкого, М. Светлова, В. Луговского, Н. Тихонова, П. Васильева и др. Историческая тема в творчестве А. Толстого, Ю. Тынянова, А. Чапыгина. Сатирическое обличение нового быта (М. Зощенко, И. Ильф и Е. Петров, М. Булгаков). Развитие драматургии в 1930-е годы. Марина Ивановна Цветаева (1892 – 1941). Сведения из биографии. Идеино-тематические особенности поэзии М.И. Цветаевой, конфликт быта и бытия, времени и вечности. Художественные особенности поэзии М.И. Цветаевой. Фольклорные и литературные образы и мотивы в лирике Цветаевой. Своеобразие поэтического стиля. Осип Эмильевич Мандельштам (1891 – 1938). Сведения из биографии О.Э. Мандельштама. Идеино-тематические и художественные особенности поэзии О.Э. Мандельштама. Противостояние поэта «веку-волкодаву». Поиски духовных опор в искусстве и природе. Теория поэтического слова О. Мандельштама.	2

	Андрей Платонов (Андрей Платонович Климентов) (1899 – 1951). Сведения из биографии. Поиски положительного героя писателем. Единство нравственного и эстетического. Труд как основа нравственности человека. Принципы создания характеров. Социально-философское содержание творчества А. Платонова, своеобразие художественных средств (переплетение реального и фантастического в характерах героев-правдоискателей, метафоричность образов, язык произведений Платонова). Традиции русской сатиры в творчестве писателя. Исаак Эммануилович Бабель (1894 – 1940). Сведения из биографии писателя. Проблематика и особенности поэтики прозы Бабеля. Изображение событий Гражданской войны в книге рассказов «Конармия». Сочетание трагического и комического, прекрасного и безобразного в рассказах Бабеля. Михаил Афанасьевич Булгаков (1891 – 1940). Краткий обзор жизни и творчества (с обобщением ранее изученного материала). Роман «Белая гвардия». Судьба людей в годы Гражданской войны. Изображение войны и офицеров белой гвардии как обычных людей. Отношение автора к героям романа. Честь – лейтмотив произведения. Тема Дома как основы миропорядка. Женские образы на страницах романа. Сценическая жизнь пьесы «Дни Турбиных». Роман «Мастер и Маргарита». Своеобразие жанра. Многоплановость романа. Система образов. Ершалаимские главы. Москва 1930-х годов. Тайны психологии человека: страх сильных мира перед правдой жизни. Воланд и его окружение. Фантастическое и реалистическое в романе. Любовь и судьба Мастера. Традиции русской литературы (творчество Н.В. Гоголя) в творчестве М. Булгакова. Своеобразие писательской манеры.	2
	Алексей Николаевич Толстой (1883 – 1945). Сведения из биографии (с обобщением ранее изученного). Тема русской истории в творчестве писателя. Роман «Петр Первый» – художественная история России XVIII века. Единство исторического материала и художественного вымысла в романе. Образ Петра. Проблема личности и ее роль в судьбе страны. Народ в романе. Пафос борьбы за могущество и величие России. Художественное своеобразие романа. Экранизация произведения. Михаил Александрович Шолохов (1905 – 1984). Жизненный и творческий путь писателя (с обобщением ранее изученного). Мир и человек в рассказах М. Шолохова. Глубина реалистических обобщений. Трагический пафос «Донских рассказов». Поэтика раннего творчества М. Шолохова. Роман-эпопея «Тихий Дон». Роман-эпопея о судьбах русского народа и казачества в годы	2

	Гражданской войны. Своеобразие жанра. Особенности композиции. Столкновение старого и нового мира в романе. Мастерство психологического анализа. Патриотизм и гуманизм романа. Образ Григория Мелехова. Трагедия человека из народа в поворотный момент истории, ее смысл и значение. Женские судьбы. Любовь на страницах романа. Многоплановость повествования. Традиции Л.Н. Толстого в романе М. Шолохова. Своеобразие художественной манеры писателя.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Анализ творчества М. Цветаевой, О. Мандельштама.	2
	Практическое занятие. Анализ романа М.А. Булгакова «Мастер и Маргарита».	2
	Практическое занятие. Анализ эпизода главы 17 части 8 книги 4 романа-эпопеи М.А. Шолохова «Тихий Дон».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы 1930 – начала 1940-х годов»	4
Тема 2.4. Особенности развития литературы периода Великой Отечественной войны и первых послевоенных лет.	Содержание учебного материала	6
	Особенности развития литературы периода Великой Отечественной войны и первых послевоенных лет. Деятели литературы и искусства на защите Отечества. Живопись А. Дейнеки и А. Пластова. Музыка Д. Шостаковича и песни военных лет (С. Соловьев-Седой, В. Лебедев-Кумач, И. Дунаевский и др.). Кинематограф героической эпохи. Лирический герой в стихах поэтов-фронтовиков (О. Берггольц, К. Симонов, А. Твардовский, А. Сурков, М. Исаковский, М. Алигер, Ю. Друнина, М. Джалиль и др.). Публицистика военных лет (М. Шолохов, И. Эренбург, А. Толстой). Реалистическое и романтическое изображение войны в прозе: рассказы Л. Соболева, В. Кожевникова, К. Паустовского, М. Шолохова и др. Повести и романы Б. Горбатова, А. Бека, А. Фадеева. Пьесы: «Русские люди» К. Симонова, «Фронт» А. Корнейчука и др. Произведения первых послевоенных лет. Проблемы человеческого бытия, добра и зла, эгоизма и жизненного подвига, противоборства созидających и разрушающих сил в произведениях Э. Казакевича, В. Некрасова, А. Бека, В. Ажаева и др.	2
	Анна Андреевна Ахматова (1889 – 1966). Жизненный и творческий путь (с обобщением ранее изученного). Ранняя лирика Ахматовой: глубина, яркость переживаний поэта. Тематика и тональность лирики периода Первой мировой войны: судьба страны и народа.	2

	Личная и общественная темы в стихах революционных и первых послереволюционных лет. Темы любви к родной земле, Родине, России. Пушкинские темы в творчестве Ахматовой. Тема любви к Родине и гражданского мужества в лирике военных лет. Тема поэтического мастерства в творчестве поэтессы. Поэма «Реквием». Исторический масштаб и трагизм поэмы. Трагизм жизни и судьбы лирической героини и поэтессы. Своеобразие лирики Ахматовой. Борис Леонидович Пастернак (1890 – 1960). Сведения из биографии. Основные мотивы лирики Б.Л. Пастернака. Связь человека и природы в лирике поэта. Эволюция поэтического стиля. Формально-содержательные доминанты поэтического стиля Б.Л. Пастернака. Любовь и поэзия, жизнь и смерть в философской концепции поэта. Роман «Доктор Живаго». История создания и публикации романа. Жанровое своеобразие и художественные особенности романа. Тема интеллигенции и революции и ее решение в романе Б.Л. Пастернака. Особенности композиции романа «Доктор Живаго». Система образов романа. Образ Юрия Живаго. Тема творческой личности, ее судьбы. Тема любви как организующего начала в жизни человека. Образ Лары как носительницы основных жизненных начал. Символика романа, сквозные мотивы и образы. Роль поэтического цикла в структуре романа.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Патриотическая тема в творчестве А.А. Ахматовой. Анализ основных мотивов лирики Б.Л. Пастернака. Анализ стихотворения Б.Л. Пастернака «Февраль. Достать чернил и плакать...».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы периода Великой Отечественной войны и первых послевоенных лет»	4
Тема 2.5. Особенности развития литературы 1950 – 1980-х годов.	Содержание учебного материала	12
	Особенности развития литературы 1950 – 1980-х годов. Общественно-культурная обстановка в стране во второй половине XX века. Развитие литературы 1950 – 1980-х годов в контексте культуры. Кризис нормативной эстетики соцреализма. Литература периода «оттепели». Журналы «Иностранная литература», «Новый мир», «Наш современник». Реалистическая литература. Возрождение модернистской и авангардной тенденций в литературе. Многонациональность советской литературы. Творчество писателей-прозаиков в 1950 – 1980-е годы. Основные направления и течения художественной прозы 1950 – 1980-х годов. Тематика и	2

	проблематика, традиции и новаторство в произведениях прозаиков. Художественное своеобразие прозы В. Шаламова, В. Шукшина, В. Быкова, В. Распутина. Новое осмысление проблемы человека на войне. Исследование природы подвига и предательства, философский анализ поведения человека в экстремальной ситуации. Роль произведений о Великой Отечественной войне в воспитании патриотических чувств молодого поколения. Изображение жизни советской деревни. Глубина, цельность духовного мира человека, связанного своей жизнью с землей. Динамика нравственных ценностей во времени, предвидение опасности утраты исторической памяти. Попытка оценить современную жизнь с позиций предшествующих поколений. Историческая тема в советской литературе. Разрешение вопроса о роли личности в истории, взаимоотношениях человека и власти. Автобиографическая литература. Публицистическая направленность художественных произведений 1980-х годов. Обращение к трагическим страницам истории, размышления об общечеловеческих ценностях. Журналы этого времени, их позиция («Новый мир», «Октябрь», «Знамя» и др.). Развитие жанра фантастики. Многонациональность советской литературы.	
	Творчество поэтов в 1950 – 1980-е годы. Развитие традиций русской классики и поиски нового поэтического языка, формы, жанра в поэзии 1950 – 1980-х годов. Лирика поэтов-фронтовиков. Творчество авторов, развивавших жанр авторской песни. Литературные объединения и направления в поэзии 1950 – 1980-х годов. Поэзия Н. Рубцова: художественные средства, своеобразие лирического героя. Тема родины в лирике поэта. Гармония человека и природы. Есенинские традиции в лирике Н. Рубцова. Поэзия Р. Гамзатова: функции приема параллелизма, своеобразие лирического героя. Тема родины в поэзии Р. Гамзатова. Соотношение национального и общечеловеческого в поэзии Р. Гамзатова. Поэзия Б. Окуджавы: художественные средства создания образа, своеобразие лирического героя. Тема войны, образы Москвы и Арбата в поэзии Б. Окуджавы. Поэзия А. Вознесенского: художественные средства создания образа, своеобразие лирического героя. Тематика стихотворений А. Вознесенского. Драматургия 1950 – 1980-х годов. Особенности драматургии 1950 – 1960-х годов. Жанры и жанровые разновидности драматургии 1950 – 1960-х годов. Интерес к молодому современнику, актуальным проблемам настоящего. Социально-психологические пьесы В. Розова. Внимание драматургов к	2

	повседневным проблемам обычных людей. Тема войны в драматургии. Проблемы долга и совести, героизма и предательства, чести и бесчестия. Пьеса А. Салынского «Барабанщица» (1958). Тема любви в драмах А. Володина, Э. Радзинского. Взаимодействие театрального искусства периода «оттепели» с поэзией. Поэтические представления в Театре драмы и комедии на Таганке. Влияние Б. Брехта на режиссуру Ю. Любимова. Тематика и проблематика драматургии 1970 – 1980-х годов. Обращение театров к произведениям отечественных прозаиков. Развитие жанра производственной (социологической) драмы. Драматургия В. Розова, А. Арбузова, А. Володина в 1970 – 1980-х годах. Тип «средненравственного» героя в драматургии А. Вампилова. «Поствампиловская драма».	
	Александр Трифонович Твардовский (1910 – 1971). Сведения из биографии А.Т. Твардовского (с обобщением ранее изученного). Обзор творчества А.Т. Твардовского. Особенности поэтического мира. Автобиографизм поэзии Твардовского. Образ лирического героя, конкретно-исторический и общечеловеческий аспекты тематики. «Поэзия как служение и дар». Поэма «По праву памяти». Произведение лиро-эпического жанра. Драматизм и исповедальность поэмы. Образ отца как композиционный центр поэмы. Поэма «По праву памяти» как «завещание» поэта. Темы раскаяния и личной вины, памяти и забвения, исторического возмездия и «сыновней ответственности». А.Т. Твардовский – главный редактор журнала «Новый мир». Александр Исаевич Солженицын (1918 – 2008). Обзор жизни и творчества А.И. Солженицына (с обобщением ранее изученного). Сюжетно-композиционные особенности повести «Один день Ивана Денисовича» и рассказа «Матренин двор». Отражение конфликтов истории в судьбах героев. Характеры героев как способ выражения авторской позиции. Новый подход к изображению прошлого. Проблема ответственности поколений. Мастерство А. Солженицына-психолога: глубина характеров, историко-философское обобщение в творчестве писателя. Литературные традиции в изображении человека из народа в образах Ивана Денисовича и Матрены. «Лагерная проза» А. Солженицына: «Архипелаг ГУЛАГ», романы «В круге первом», «Раковый корпус». Публицистика А.И. Солженицына. Александр Валентинович Вампилов (1937 – 1972). Обзор жизни и творчества А. Вампилова. Проза А. Вампилова. Нравственная проблематика пьес А. Вампилова «Прошлым летом в Чулимске», «Старший сын». Своеобразие драмы «Утиная охота». Композиция драмы. Характер главного героя. Система персонажей, особенности художественного конфликта. Пьеса «Провинциальные анекдоты». Гоголевские традиции в пьесе А. Вампилова «Провинциальные анекдоты». Утверждение добра, любви и	2

	милосердия – главный пафос драматургии А. Вампилова. Теория литературы. Анекдот. Драма. Герой. Система персонажей. Конфликт.	
	В том числе, практических занятий	6
	Практическое занятие. Отражение конфликтов истории в судьбах героев: П. Нилин «Жестокость», В. Дудинцев «Не хлебом единым». Новое осмысление проблемы человека на войне: Ю. Бондарев «Горячий снег», В. Богомолов «Момент истины», В. Кондратьев «Сашка».	2
	Практическое занятие. Лирика поэтов-фронтовиков. Анализ стихотворения А.Т. Твардовского «Я убит под Ржевом...».	2
	Практическое занятие. Своеобразие драмы А.В. Вампилова «Утиная охота».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы 1950 – 1980-х годов»	4
Тема 2.6. Русское литературное зарубежье 1920 – 1990-х годов (три волны эмиграции).	Содержание учебного материала	4
	Первая волна эмиграции русских писателей. Характерные черты литературы русского зарубежья 1920 – 1930-х годов. Творчество И. Шмелева, Б. Зайцева, В. Набокова, Г. Газданова, Б. Поплавского. Вторая волна эмиграции русских писателей. Осмысление опыта сталинских репрессий и Великой Отечественной войны в литературе. Творчество Б. Ширяева, Д. Кленовского, И. Елагина. Третья волна эмиграции. Возникновение диссидентского движения в СССР. Творчество И. Бродского, А. Синаевского, Г. Владимова.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Анализ романа В. Набокова «Машенька». Анализ творчества И. Бродского.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Русское литературное зарубежье 1920 – 1990-х годов (три волны эмиграции)»	4
Тема 2.7. Особенности развития литературы конца 1980 – 2000-х годов.	Содержание учебного материала	4
	Особенности развития литературы конца 1980 – 2000-х годов. Общественно-культурная ситуация в России конца XX – начала XXI века. Смещение разных идеологических и эстетических ориентиров. Всплеск антитоталитарных настроений на рубеже 1980 – 1990-х годов. «Задержанная» и «возвращенная» литература. Произведения А. Солженицына, А. Бека, А. Рыбакова, В. Дудинцева, В. Войновича. Отражение постмодернистского мироощущения в современной литературе. Основные направления развития современной литературы. Проза А. Солженицына, В. Распутина, Ф. Искандера, Ю.	2

	Коваля, В. Маканина, С. Алексиевич, О. Ермакова, В. Астафьева, Г. Владимова, Л. Петрушевской, В. Пьецуха, Т. Толстой и др. Развитие разных традиций в поэзии Б. Ахмадулиной, Т. Бек, Н. Горбаневской, А. Жигулина, В. Соколова, О. Чухонцева, А. Вознесенского, Н. Искренко, Т. Кибирова, М. Сухотина и др. Духовная поэзия С. Аверинцева, И. Ратушинской, Н. Горбаневской и др. Развитие рок-поэзии. Драматургия постперестроечного времени.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Анализ рассказа Л. Петрушевской «Свой круг».	2
	Самостоятельная работа	5
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Особенности развития литературы конца 1980 – 2000-х годов»	5
Консультации		10
Промежуточная аттестация		-
Всего:		176

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Лебедев, Ю. В. Литература : 10-й класс : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. В. Лебедев. — 13-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 1 — 2025. — 367 с. — ISBN 978-5-09-120144-4. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497699>

2. Литература : 11-й класс : базовый уровень : учебник : в 2 частях / составитель Е. П. Пронина ; под редакцией В. П. Журавлева. — 13-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 1 — 2025. — 415 с. — ISBN 978-5-09-120147-5. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497711>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Лебедев, Ю. В. Литература : 10-й класс : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. В. Лебедев. — 13-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 2 — 2025. — 367 с. — ISBN 978-5-09-120145-1. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497702>
6. Литература : 11-й класс : базовый уровень : учебник : в 2 частях / составитель Е. П. Пронина ; под редакцией В. П. Журавлева. — 13-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025

— Часть 2 — 2025. — 431 с. — ISBN 978-5-09-120148-2. — Текст : электронный. — URL:
<https://znanium.com/catalog/product/497714>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на	

спортивной деятельности.	установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.03 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Малашкина В.Г., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Иностранный язык» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Иностранный язык» направлено на достижение следующих целей:

- формирование представлений об английском языке как о языке международного общения и средстве приобщения к ценностям мировой культуры и национальных культур;
- формирование коммуникативной компетенции, позволяющей свободно общаться на английском языке в различных формах и на различные темы, в том числе в сфере профессиональной деятельности, с учетом приобретенного словарного запаса, а также условий, мотивов и целей общения;
- формирование и развитие всех компонентов коммуникативной компетенции: лингвистической, социолингвистической, дискурсивной, социокультурной, социальной, стратегической и предметной;
- воспитание личности, способной и желающей участвовать в общении на межкультурном уровне;
- воспитание уважительного отношения к другим культурам и социальным субкультурам.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	176
в т.ч. в форме практической подготовки	117
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	123
лекции	-
лабораторно-практические занятия	117
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	6
Самостоятельная работа	53
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Введение: цели и задачи изучения учебной дисциплины «Иностранный язык». Английский язык как язык международного общения и средство познания национальных культур. Основные варианты английского языка, их сходство и различия.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. «Роль английского языка при освоении специальностей СПО».	2
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Основное содержание.		133
Тема 1.1. Приветствие, прощание, представление себя и других людей в официальной и неофициальной обстановке.	Содержание учебного материала	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. «Приветствие, прощание, представление себя и других людей в официальной и неофициальной обстановке».	2
	Практическое занятие. «Приветствие, прощание, представление себя и других людей в официальной и неофициальной обстановке».	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Описание человека (внешность, национальность, образование, личные качества, профессия, род занятий, должность, место работы и др.). Общение с друзьями.	Содержание учебного материала	4
	Грамматический материал: Глагол. Глаголы to be, to have, to do, их значения как смысловых глаголов и функции как вспомогательных.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. «Описание человека (внешность, национальность, образование, личные качества, профессия, род занятий, должность, место работы и др.). Общение с друзьями».	2
	Практическое занятие. «Описание человека (внешность, национальность, образование, личные качества, профессия, род занятий, должность, место работы и др.). Общение с друзьями».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Описание человека (внешность, национальность, образование, личные качества, профессия, род занятий, должность, место работы и др.).	2

	Общение с друзьями»	
Тема 1.3. Семья и семейные отношения, домашние обязанности.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Имя существительное. Образование множественного числа с помощью внешней и внутренней флексии; множественное число существительных, заимствованных из греческого и латинского языков; существительные, имеющие одну форму для единственного и множественного числа; чтение и правописание окончаний.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Семья и семейные отношения, домашние обязанности».	2
	Практическое занятие. «Семья и семейные отношения, домашние обязанности».	2
	Практическое занятие. «Семья и семейные отношения, домашние обязанности».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Семья и семейные отношения, домашние обязанности»	2
Тема 1.4. Описание жилища и учебного заведения (здание, обстановка, условия жизни, техника, оборудование).	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Предлог. Предлоги времени, места, направления и др. Обороты tobegoingto и there + tobe в настоящем, прошедшем и будущем времени.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Описание жилища и учебного заведения (здание, обстановка, условия жизни, техника, оборудование)».	2
	Практическое занятие. «Описание жилища и учебного заведения (здание, обстановка, условия жизни, техника, оборудование)».	2
	Практическое занятие. «Описание жилища и учебного заведения (здание, обстановка, условия жизни, техника, оборудование)».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Описание жилища и учебного заведения (здание, обстановка, условия жизни, техника, оборудование)»	2
Тема 1.5 Хобби, досуг.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Инфинитив, его формы. Герундий. Сочетания некоторых глаголов с инфинитивом и герундием (like, love, hate, enjoy и др.).	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Хобби, досуг».	2
	Практическое занятие. «Хобби, досуг».	2
	Практическое занятие. «Хобби, досуг».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Хобби, досуг»	4

Тема 1.6. Распорядок дня студента колледжа.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Имя числительное. Числительные количественные и порядковые. Дроби. Обозначение годов, дат, времени, периодов. Арифметические действия и вычисления.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Распорядок дня студента колледжа».	2
	Практическое занятие. «Распорядок дня студента колледжа».	2
	Практическое занятие. «Распорядок дня студента колледжа».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Распорядок дня студента колледжа»	4
Тема 1.7. Описание местоположения объекта (адрес, как найти).	Содержание учебного материала	8
	Грамматический материал: Вопросительные предложения. Специальные вопросы. Вопросительные предложения – формулы вежливости (Could you, please. . .?, Would you like . . . ?, Shall I . . . ? и др.). Наречие. Образование степеней сравнения. Наречия, обозначающие количество, место, направление, время.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Описание местоположения объекта (адрес, как найти)».	2
	Практическое занятие. «Описание местоположения объекта (адрес, как найти)».	2
	Практическое занятие. «Описание местоположения объекта (адрес, как найти)».	2
	Практическое занятие. «Описание местоположения объекта (адрес, как найти)».	2
	Самостоятельная работа	4
Тема 1.8. Магазины, товары, совершение покупок.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Существительные исчисляемые и неисчисляемые. Употребление слов many, much, a lot of, little, a little, few, a few с существительными. Местоимение. Местоимения личные, притяжательные, указательные, неопределенные, отрицательные, возвратные, взаимные, относительные, вопросительные.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Магазины, товары, совершение покупок».	2
	Практическое занятие. «Магазины, товары, совершение покупок».	2
	Практическое занятие. «Магазины, товары, совершение покупок».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Магазины, товары, совершение покупок»	4
Тема 1.9. Еда, способы приготовления пищи.	Содержание учебного материала	3
	Грамматический материал: Существительные исчисляемые и неисчисляемые. Употребление	-

традиции питания.	слов many, much, a lot of, little, a little, few, a few существительными. Местоимение. Местоимения личные, притяжательные, указательные, неопределенные, отрицательные, возвратные, взаимные, относительные, вопросительные.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	3
	Практическое занятие. «Еда, способы приготовления пищи, традиции питания».	2
	Практическое занятие. «Еда, способы приготовления пищи, традиции питания».	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.10. Физкультура и спорт, здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	8
	Грамматический материал: Имя прилагательное. Образование степеней сравнения и их правописание. Сравнительные слова и обороты than, as . . . as, notso . . . as.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Физкультура и спорт, здоровый образ жизни».	2
	Практическое занятие. «Физкультура и спорт, здоровый образ жизни».	2
	Практическое занятие. «Физкультура и спорт, здоровый образ жизни».	2
	Практическое занятие. «Физкультура и спорт, здоровый образ жизни».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Физкультура и спорт, здоровый образ жизни»	4
Тема 1.11. Экскурсии и путешествия.	Содержание учебного материала	8
	Грамматический материал: Модальные глаголы и глаголы, выполняющие роль модальных. Модальные глаголы в этикетных формулах и официальной речи (Can/ may I help you? Should you have any questions . . . , Should you need any further information . . . и др.).	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Экскурсии и путешествия».	2
	Практическое занятие. «Экскурсии и путешествия».	2
	Практическое занятие. «Экскурсии и путешествия».	2
	Практическое занятие. «Экскурсии и путешествия».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Экскурсии и путешествия»	4
Тема 1.12. Россия, ее национальные символы, государственное и политическое устройство.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Глаголы правильные и неправильные. Чтение и правописание окончаний в настоящем и прошедшем времени. Причастия I и II. Сослагательное наклонение.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Россия, ее национальные символы, государственное и политическое устройство».	2
	Практическое занятие. «Россия, ее национальные символы, государственное и политическое	2

		устройство».	
		Практическое занятие. «Россия, ее национальные символы, государственное и политическое устройство».	2
		Самостоятельная работа	4
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Россия, ее национальные символы, государственное и политическое устройство»	4
Тема 1.13. Англоговорящие страны, географическое положение, климат, флора и фауна, национальные символы, государственное и политическое устройство, наиболее развитые отрасли экономики, достопримечательности.	Содержание учебного материала		6
	Грамматический материал: Видовременные формы глагола, их образование и функции в действительном и страдательном залоге. Слова – маркеры времени. Артикль. Артикли определенный, неопределенный, нулевой. Чтение артиклей. Употребление артикля в устойчивых выражениях, с географическими названиями, в предложениях с оборотом there + to be.		-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		6
	Практическое занятие. «Англоговорящие страны, географическое положение, климат, флора и фауна, национальные символы, государственное и политическое устройство, наиболее развитые отрасли экономики, достопримечательности».		2
	Практическое занятие. «Англоговорящие страны, географическое положение, климат, флора и фауна, национальные символы, государственное и политическое устройство, наиболее развитые отрасли экономики, достопримечательности».		2
	Практическое занятие. «Англоговорящие страны, географическое положение, климат, флора и фауна, национальные символы, государственное и политическое устройство, наиболее развитые отрасли экономики, достопримечательности».		2
	Самостоятельная работа		4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Англоговорящие страны, географическое положение, климат, флора и фауна, национальные символы, государственное и политическое устройство, наиболее развитые отрасли экономики, достопримечательности»		4
Тема 1.14. Обычай, традиции, поверья народов России и англоговорящих стран.	Содержание учебного материала		6
	Грамматический материал: Условные предложения. Условные предложения I, II и III типов. Условные предложения в официальной речи (It would be highly appreciated if you could/can . . . и др.).		-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		6
	Практическое занятие. «Обычай, традиции, поверья народов России и англоговорящих стран».		2
	Практическое занятие. «Обычай, традиции, поверья народов России и англоговорящих стран».		2
	Практическое занятие. «Обычай, традиции, поверья народов России и англоговорящих стран».		2

	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Обычаи, традиции, поверья народов России и англоговорящих стран»	4
Тема 1.15. Жизнь в городе и деревне.	Содержание учебного материала	6
	Грамматический материал: Согласование времен. Прямая и косвенная речь.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. «Жизнь в городе и деревне».	2
	Практическое занятие. «Жизнь в городе и деревне».	2
	Практическое занятие. «Жизнь в городе и деревне».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Жизнь в городе и деревне»	2
Раздел 2. Профессионально-ориентированное содержание.		35
Тема 2.1. Переговоры, разрешение конфликтных ситуаций. Рабочие совещания. Отношения внутри коллектива.	Содержание учебного материала	8
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Переговоры, разрешение конфликтных ситуаций. Рабочие совещания. Отношения внутри коллектива».	2
	Практическое занятие. «Переговоры, разрешение конфликтных ситуаций. Рабочие совещания. Отношения внутри коллектива».	2
	Практическое занятие. «Ролевая игра «В офисе (представление нового сотрудника)».	2
	Практическое занятие. «Ролевая игра «Собеседование на ярмарке вакансий, при устройстве на работу».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Переговоры, разрешение конфликтных ситуаций. Рабочие совещания. Отношения внутри коллектива»	2
Тема 2.2. Этикет делового и неофициального общения. Дресс-код. Телефонные переговоры. Правила поведения в ресторане, кафе, во время делового	Содержание учебного материала	8
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Этикет делового и неофициального общения. Дресс-код. Телефонные переговоры. Правила поведения в ресторане, кафе, во время делового обеда».	2
	Практическое занятие. «Этикет делового и неофициального общения. Дресс-код. Телефонные переговоры. Правила поведения в ресторане, кафе, во время делового обеда».	2
	Практическое занятие. «Этикет делового и неофициального общения. Дресс-код. Телефонные переговоры. Правила поведения в ресторане, кафе, во время делового обеда».	2

обеда.	Практическое занятие. «Ролевая игра «Разработка рекламной кампании».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Этикет делового и неофициального общения. Дресс-код. Телефонные переговоры. Правила поведения в ресторане, кафе, во время делового обеда»	2
Тема 2.3. Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники.	Содержание учебного материала	8
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. «Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники».	2
	Практическое занятие. «Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники».	2
	Практическое занятие. «Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники».	2
	Практическое занятие. «Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники».	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Выдающиеся исторические события и личности. Исторические памятники»	2
Тема 2.4. Финансовые учреждения и услуги.	Содержание учебного материала	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. «Финансовые учреждения и услуги. Ролевая игра «Посещение банка»».	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Финансовые учреждения и услуги»	3
Консультации		6
Промежуточная аттестация		-
Всего:		176

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); лингафонное оборудование; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1 Английский язык : второй иностранный язык : 10-й класс : базовый уровень : учебник / Е. Г. Маневич, А. А. Полякова, Д. Дули, В. Эванс. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 100 с. — ISBN 978-5-09-121299-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472904>

2 Английский язык : второй иностранный язык : 11-й класс : базовый уровень : учебник / Е. Г. Маневич, А. А. Полякова, Д. Дули, В. Эванс. — 6-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 102 с. — ISBN 978-5-09-122805-2. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472907>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Английский язык : 10-й класс : базовый уровень : учебник : учебник / О. В. Афанасьева, Д. Дули, И. В. Михеева [и др.]. — 14-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 248 с. — ISBN 978-5-09-120197-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472886>
6. Английский язык : 11-й класс : базовый уровень : учебник / О. В. Афанасьева, Д. Дули, И. В. Михеева [и др.]. — 14-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 256 с. — ISBN 978-5-09-120198-7. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472892>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.04(У) МАТЕМАТИКА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Гончарова И.Д., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Математика» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Математика» направлено на достижение следующих целей:

- обеспечение сформированности представлений о социальных, культурных и исторических факторах становления математики;
- обеспечение сформированности логического, алгоритмического и математического мышления;
- обеспечение сформированности умений применять полученные знания при решении различных задач;
- обеспечение сформированности представлений о математике как части общечеловеческой культуры, универсальном языке науки, позволяющем описывать и изучать реальные процессы и явления.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	351
в т.ч. в форме практической подготовки	112
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	252
лекции	122
лабораторные работы	-
практические занятия	112
семинарские занятия	-
индивидуальный проект	-
консультации	18
Самостоятельная работа	99
Промежуточная аттестация Форма аттестации –зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Математика в науке, технике, экономике, информационных технологиях и практической деятельности. Цели и задачи изучения математики при освоении специальностей СПО.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Алгебра.		66
Тема 1.1. Развитие понятия о числе.	Содержание учебного материала	8
	Целые и рациональные числа. Действительные числа. Приближенные вычисления. Комплексные числа.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Арифметические действия над числами, нахождение приближенных значений величин и погрешностей вычислений (абсолютной и относительной), сравнение числовых выражений.	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Корни, степени и логарифмы.	Содержание учебного материала	42
	Корни и степени. Корни натуральной степени из числа и их свойства. Степени с рациональными показателями, их свойства. Степени с действительными показателями. Свойства степени с действительным показателем.	6
	Логарифм. Логарифм числа. Основное логарифмическое тождество. Десятичные и натуральные логарифмы. Правила действий с логарифмами. Переход к новому основанию.	6
	Преобразование алгебраических выражений. Преобразование рациональных, иррациональных степенных, показательных и логарифмических выражений.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	24
	Практическое занятие. Вычисление и сравнение корней. Выполнение расчетов с радикалами.	2
	Практическое занятие. Вычисление и сравнение корней. Выполнение расчетов с радикалами.	2
	Практическое занятие. Решение иррациональных уравнений. Нахождение значений степеней с рациональными показателями. Сравнение степеней. Преобразования выражений, содержащих степени. Решение показательных уравнений.	2

	Практическое занятие. Решение иррациональных уравнений. Нахождение значений степеней с рациональными показателями. Сравнение степеней. Преобразования выражений, содержащих степени. Решение показательных уравнений.	2
	Практическое занятие. Решение иррациональных уравнений. Нахождение значений степеней с рациональными показателями. Сравнение степеней. Преобразования выражений, содержащих степени. Решение показательных уравнений.	2
	Практическое занятие. Решение иррациональных уравнений. Нахождение значений степеней с рациональными показателями. Сравнение степеней. Преобразования выражений, содержащих степени. Решение показательных уравнений.	2
	Практическое занятие. Решение прикладных задач.	2
	Практическое занятие. Решение прикладных задач.	2
	Практическое занятие. Нахождение значений логарифма по произвольному основанию. Переход от одного основания к другому. Вычисление и сравнение логарифмов. Логарифмирование и потенцирование выражений.	2
	Практическое занятие. Нахождение значений логарифма по произвольному основанию. Переход от одного основания к другому. Вычисление и сравнение логарифмов. Логарифмирование и потенцирование выражений.	2
	Практическое занятие. Приближенные вычисления и решения прикладных задач.	2
	Практическое занятие. Решение логарифмических уравнений.	2
	Самостоятельная работа	16
	Решение задач по теме «Корни, степени и логарифмы»	16
Раздел 2. Основы тригонометрии.		48
Тема 2.1. Основные понятия.	Содержание учебного материала	10
	Радианная мера угла. Вращательное движение. Синус, косинус, тангенс и котангенс числа.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Радианный метод измерения углов вращения и связь с градусной мерой».	2
	Практическое занятие. Радианный метод измерения углов вращения и связь с градусной мерой.	2
	Практическое занятие. Радианный метод измерения углов вращения и связь с градусной мерой.	2
	Самостоятельная работа	2

	Решение задач по теме «Основные понятия»	2
Тема 2.2. Основные тригонометрические тождества.	Содержание учебного материала	8
	Формулы приведения. Формулы сложения. Формулы удвоения. Формулы половинного угла.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Основные тригонометрические тождества, формулы сложения, удвоения, преобразование суммы тригонометрических функций в произведение, преобразование произведения тригонометрических функций в сумму.	2
	Практическое занятие. Основные тригонометрические тождества, формулы сложения, удвоения, преобразование суммы тригонометрических функций в произведение, преобразование произведения тригонометрических функций в сумму.	2
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Основные тригонометрические тождества»	2
Тема 2.3. Преобразования простейших тригонометрических выражений.	Содержание учебного материала	8
	Преобразование суммы тригонометрических функций в произведение и произведения в сумму. Выражение тригонометрических функций через тангенс половинного аргумента.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Простейшие тригонометрические уравнения и неравенства.	2
	Практическое занятие. Простейшие тригонометрические уравнения и неравенства.	2
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Преобразования простейших тригонометрических выражений»	4
Тема 2.4. Тригонометрические уравнения и неравенства.	Содержание учебного материала	6
	Простейшие тригонометрические уравнения. Простейшие тригонометрические неравенства.	2
	Обратные тригонометрические функции. Арксинус, арккосинус, арктангенс.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обратные тригонометрические функции: арксинус, арккосинус, арктангенс.	2
	Самостоятельная работа	8
	Решение задач по теме «Тригонометрические уравнения и неравенства»	8
Раздел 3. Функции, их свойства и графики.		29
Тема 3.1. Функции.	Содержание учебного материала	10

Свойства функции. Обратные функции.	Функции. Область определения и множество значений; график функции, построение графиков функций, заданных различными способами.	2
	Свойства функции. Монотонность, четность, нечетность, ограниченность, периодичность. Промежутки возрастания и убывания, наибольшее и наименьшее значения, точки экстремума. Графическая интерпретация. Примеры функциональных зависимостей в реальных процессах и явлениях. Арифметические операции над функциями. Сложная функция (композиция). Понятие о непрерывности функции.	2
	Обратные функции. Область определения и область значений обратной функции. График обратной функции.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Примеры зависимостей между переменными в реальных процессах из смежных дисциплин. Определение функций. Построение и чтение графиков функций. Исследование функции.	2
	Практическое занятие. Свойства линейной, квадратичной, кусочно-линейной и дробно-линейной функций. Непрерывные и периодические функции. Свойства и графики синуса, косинуса, тангенса и котангенса.	2
	Самостоятельная работа	5
	Решение задач по теме «Функции. Свойства функции. Обратные функции»	5
Тема 3.2. Степенные, показательные, логарифмические и тригонометрические функции. Обратные тригонометрические функции.	Содержание учебного материала	8
	Определения функций, их свойства и графики. Преобразования графиков. Параллельный перенос, симметрия относительно осей координат и симметрия относительно начала координат, симметрия относительно прямой $y = x$, растяжение и сжатие вдоль осей координат.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Обратные функции и их графики. Обратные тригонометрические функции. Преобразования графика функции. Гармонические колебания. Прикладные задачи.	2
	Практическое занятие. Показательные, логарифмические, тригонометрические уравнения и неравенства.	2
	Самостоятельная работа	6
	Решение задач по теме «Степенные, показательные, логарифмические и тригонометрические функции. Обратные тригонометрические функции»	6
Раздел 4. Начала математического		40

анализа.		
Тема 4.1. Последовательности.	Содержание учебного материала	10
	Последовательности. Способы задания и свойства числовых последовательностей. Понятие о пределе последовательности. Существование предела монотонной ограниченной последовательности. Суммирование последовательностей. Бесконечно убывающая геометрическая прогрессия и ее сумма.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Числовая последовательность, способы ее задания, вычисления членов последовательности. Предел последовательности. Бесконечно убывающая геометрическая прогрессия.	2
	Практическое занятие. Числовая последовательность, способы ее задания, вычисления членов последовательности. Предел последовательности. Бесконечно убывающая геометрическая прогрессия.	2
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Последовательности»	4
Тема 4.2. Производная.	Содержание учебного материала	10
	Производная. Понятие о производной функции, ее геометрический и физический смысл. Уравнение касательной к графику функции. Производные суммы, разности, произведения, частные. Производные основных элементарных функций. Применение производной к исследованию функций и построению графиков. Производные обратной функции и композиции функции. Примеры использования производной для нахождения наилучшего решения в прикладных задачах. Вторая производная, ее геометрический и физический смысл. Нахождение скорости для процесса, заданного формулой и графиком.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Производная: механический и геометрический смысл производной.	2
	Практическое занятие. Уравнение касательной в общем виде. Правила и формулы дифференцирования, таблица производных элементарных функций. Исследование функции с помощью производной. Нахождение наибольшего, наименьшего значения и экстремальных значений функции.	2
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Производная»	4
Тема 4.3.	Содержание учебного материала	6

Первообразная и интеграл.	Первообразная и интеграл. Применение определенного интеграла для нахождения площади криволинейной трапеции. Формула Ньютона-Лейбница. Примеры применения интеграла в физике и геометрии.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Интеграл и первообразная. Теорема Ньютона-Лейбница. Применение интеграла к вычислению физических величин и площадей.	2
	Самостоятельная работа	6
	Решение задач по теме «Первообразная и интеграл»	6
Раздел 5. Уравнения и неравенства.		34
Тема 5.1. Уравнения и системы уравнений.	Содержание учебного материала	6
	Уравнения и системы уравнений. Рациональные, иррациональные, показательные и тригонометрические уравнения и системы. Равносильность уравнений, неравенств, систем. Основные приемы их решения (разложение на множители, введение новых неизвестных, подстановка, графический метод).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Корни уравнений. Равносильность уравнений. Преобразование уравнений.	2
	Практическое занятие. Корни уравнений. Равносильность уравнений. Преобразование уравнений.	2
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Уравнения и системы уравнений»	4
Тема 5.2. Неравенства.	Содержание учебного материала	6
	Неравенства. Рациональные, иррациональные, показательные и тригонометрические неравенства. Основные приемы их решения.	2
	В том числе, практических занятий	4
	Практическое занятие. Основные приемы решения уравнений. Решение систем уравнений.	2
	Практическое занятие. Основные приемы решения уравнений. Решение систем уравнений.	2
	Самостоятельная работа	6
	Решение задач по теме «Неравенства»	6
Тема 5.3. Использование свойств и графиков функций при решении уравнений	Содержание учебного материала	6
	Использование свойств и графиков функций при решении уравнений и неравенств. Метод интервалов. Изображение на координатной плоскости множества решений уравнений и неравенств с двумя переменными и их систем.	2

и неравенств.	Прикладные задачи. Применение математических методов для решения содержательных задач из различных областей науки и практики. Интерпретация результата, учет реальных ограничений.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Использование свойств и графиков функций для решения уравнений и неравенств.	2
	Самостоятельная работа	6
	Решение задач по теме «Использование свойств и графиков функций при решении уравнений и неравенств»	6
Раздел 6. Комбинаторика, статистика и теория вероятностей.		30
Тема 6.1. Элементы комбинаторики.	Содержание учебного материала	8
	Основные понятия комбинаторики. Задачи на подсчет числа размещений, перестановок, сочетаний. Решение задач на перебор вариантов. Формула бинома Ньютона. Свойства биномиальных коэффициентов. Треугольник Паскаля.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. История развития комбинаторики, теории вероятностей и статистики и их роль в различных сферах человеческой жизнедеятельности. Правила комбинаторики. Решение комбинаторных задач.	2
	Практическое занятие. Решение комбинаторных задач. Размещения, сочетания и перестановки.	2
	Практическое занятие. Бином Ньютона и треугольник Паскаля. Прикладные задачи.	2
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Элементы комбинаторики»	4
Тема 6.2. Элементы теории вероятностей.	Содержание учебного материала	6
	Событие, вероятность события, сложение и умножение вероятностей. Понятие о независимости событий. Дискретная случайная величина, закон ее распределения. Числовые характеристики дискретной случайной величины. Понятие о законе больших чисел.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Классическое определение вероятности, свойства вероятностей, теорема о сумме вероятностей. Вычисление вероятностей. Прикладные задачи.	2
	Практическое занятие. Классическое определение вероятности, свойства вероятностей,	2

	теорема о сумме вероятностей. Вычисление вероятностей. Прикладные задачи.	
	Самостоятельная работа	4
	Решение задач по теме «Элементы теории вероятностей»	4
Тема 6.3. Элементы математической статистики.	Содержание учебного материала	6
	Представление данных (таблицы, диаграммы, графики), генеральная совокупность, выборка, среднее арифметическое, медиана. Понятие о задачах математической статистики. Решение практических задач с применением вероятностных методов.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Представление числовых данных. Прикладные задачи.	2
	Практическое занятие. Представление числовых данных. Прикладные задачи.	2
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Элементы математической статистики»	2
Раздел 7. Геометрия.		58
Тема 7.1. Прямые и плоскости в пространстве.	Содержание учебного материала	12
	Взаимное расположение двух прямых в пространстве. Параллельность прямой и плоскости. Параллельность плоскостей. Перпендикулярность прямой и плоскости. Перпендикуляр и наклонная. Угол между прямой и плоскостью. Двугранный угол. Угол между плоскостями. Перпендикулярность двух плоскостей.	2
	Геометрические преобразования пространства: параллельный перенос, симметрия относительно плоскости.	2
	Параллельное проектирование. Площадь ортогональной проекции. Изображение пространственных фигур.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Признаки взаимного расположения прямых. Угол между прямыми. Взаимное расположение прямых и плоскостей. Перпендикуляр и наклонная к плоскости. Угол между прямой и плоскостью. Теоремы о взаимном расположении прямой и плоскости. Теорема о трех перпендикулярах.	2
	Практическое занятие. Признаки и свойства параллельных и перпендикулярных плоскостей. Расстояние от точки до плоскости, от прямой до плоскости, расстояние между плоскостями, между скрещивающимися прямыми, между произвольными фигурами в пространстве.	2
	Практическое занятие. Параллельное проектирование и его свойства. Теорема о площади ортогональной проекции многоугольника. Взаимное расположение пространственных фигур.	2
	Самостоятельная работа	2

	Решение задач по теме «Прямые и плоскости в пространстве»	2
Тема 7.2. Многогранники.	Содержание учебного материала	10
	Вершины, ребра, грани многогранника. Развертка. Многогранные углы. Выпуклые многогранники. Теорема Эйлера.	2
	Призма. Прямая и наклонная призма. Правильная призма. Параллелепипед. Куб. Пирамида. Правильная пирамида. Усеченная пирамида. Тетраэдр.	2
	Симметрии в кубе, в параллелепипеде, в призме и пирамиде. Сечения куба, призмы и пирамиды. Представление о правильных многогранниках (тетраэдре, кубе, октаэдре, додекаэдре и икосаэдре).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Различные виды многогранников. Их изображения. Сечения, развертки многогранников. Виды симметрий в пространстве.	2
	Практическое занятие. Различные виды многогранников. Их изображения. Сечения, развертки многогранников.	2
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Многогранники»	2
Тема 7.3. Тела и поверхности вращения.	Содержание учебного материала	6
	Цилиндр и конус. Усеченный конус. Основание, высота, боковая поверхность, образующая, развертка. Осевые сечения и сечения, параллельные основанию.	4
	Шар и сфера, их сечения. Касательная плоскость к сфере.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Тела и поверхности вращения»	2
Тема 7.4. Измерения в геометрии.	Содержание учебного материала	8
	Объем и его измерение. Интегральная формула объема. Формулы объема куба, прямоугольного параллелепипеда, призмы, цилиндра. Формулы объема пирамиды и конуса. Формулы площади поверхностей цилиндра и конуса. Формулы объема шара и площади сферы. Подобие тел. Отношения площадей поверхностей и объемов подобных тел.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Площадь поверхности. Симметрия тел вращения и многогранников. Вычисление площадей и объемов.	2
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Измерения в геометрии»	2

Тема 7.5. Координаты и векторы.	Содержание учебного материала	12
	Прямоугольная (декартова) система координат в пространстве. Формула расстояния между двумя точками. Уравнения сферы, плоскости и прямой. Векторы. Модуль вектора. Равенство векторов. Сложение векторов. Умножение вектора на число. Разложение вектора по направлениям. Угол между двумя векторами. Проекция вектора на ось. Координаты вектора. Скалярное произведение векторов. Использование координат и векторов при решении математических и прикладных задач.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Векторы. Действия с векторами. Декартова система координат в пространстве.	2
	Практическое занятие. Уравнение окружности, сферы, плоскости. Расстояние между точками. Действия с векторами, заданными координатами. Скалярное произведение векторов.	2
	Практическое занятие. Векторное уравнение прямой и плоскости. Использование векторов при доказательстве теорем стереометрии.	2
	Самостоятельная работа	2
	Решение задач по теме «Координаты и векторы»	2
Раздел 8. Математика для педагогов по физической культуре и спорту.		26
Тема 8.1. Основные показатели, характеризующие сферу деятельности педагога по физической культуре и спорту.	Содержание учебного материала	20
	Показатели, характеризующие организацию и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	4
	Показатели, характеризующие особенности организации физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.	4
	Показатели, характеризующие особенности методического обеспечения организации физкультурной и спортивной деятельности.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие. Расчет основных показателей, характеризующих организацию и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	4
	Практическое занятие. Расчет основных показателей, характеризующих особенности организации физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп	4

	населения.	
	Практическое занятие. Расчет основных показателей, характеризующих особенности методического обеспечения организации физкультурной и спортивной деятельности.	2
	Самостоятельная работа	6
	Решение задач по теме «Основные показатели, характеризующие сферу земельно-имущественных отношений»	6
Консультации		18
Промежуточная аттестация		-
Всего:		351

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1 Английский язык : второй иностранный язык : 10-й класс : базовый уровень : учебник / Е. Г. Маневич, А. А. Полякова, Д. Дули, В. Эванс. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 100 с. — ISBN 978-5-09-121299-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472904>

2 Английский язык : второй иностранный язык : 11-й класс : базовый уровень : учебник / Е. Г. Маневич, А. А. Полякова, Д. Дули, В. Эванс. — 6-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 102 с. — ISBN 978-5-09-122805-2. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472907>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Английский язык : 10-й класс : базовый уровень : учебник : учебник / О. В. Афанасьева, Д. Дули, И. В. Михеева [и др.]. — 14-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 248 с. — ISBN 978-5-09-120197-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472886>
6. Английский язык : 11-й класс : базовый уровень : учебник / О. В. Афанасьева, Д. Дули, И. В. Михеева [и др.]. — 14-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 256 с. —

ISBN 978-5-09-120198-7. — Текст : электронный. — URL:
<https://znanium.com/catalog/product/472892>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. «Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения. «Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.05(У) ИСТОРИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Куршина Т.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «История» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «История» направлено на достижение следующих целей:

- формирование у молодого поколения исторических ориентиров самоидентификации в современном мире, гражданской идентичности личности;
- формирование понимания истории как процесса эволюции общества, цивилизации и истории как науки;
- усвоение интегративной системы знаний об истории человечества при особом внимании к месту и роли России во всемирно-историческом процессе;
- развитие способности у обучающихся осмысливать важнейшие исторические события, процессы и явления;
- формирование у обучающихся системы базовых национальных ценностей на основе осмысления общественного развития, осознания уникальности каждой личности, раскрывающейся полностью только в обществе и через общество;
- воспитание обучающихся в духе патриотизма, уважения к истории своего Отечества как единого многонационального государства, построенного на основе равенства всех народов России.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	234
в т.ч. в форме практической подготовки	66
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	168
лекции	90
лабораторно-практические занятия	66
семинарские занятия	
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	12
Самостоятельная работа	64
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1,2 семестрах	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Значение изучения истории. Проблема достоверности исторических знаний. Исторические источники, их виды, основные методы работы с ними. Вспомогательные исторические дисциплины. Историческое событие и исторический факт. Концепции исторического развития (формационная, цивилизационная, их сочетание). Периодизация всемирной истории. История России — часть всемирной истории.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Древнейшая стадия истории человечества.		4
Тема 1.1. Происхождение человека. Неолитическая революция и ее последствия.	Содержание учебного материала	2
	Происхождение человека. Люди эпохи палеолита. Источники знаний о древнейшем человеке. Проблемы антропогенеза. Древнейшие виды человека. Расселение древнейших людей по земному шару. Появление человека современного вида. Палеолит. Условия жизни и занятия первобытных людей. Социальные отношения. Родовая община. Формы первобытного брака. Достижения людей палеолита. Причины зарождения и особенности первобытной религии и искусства. Археологические памятники палеолита на территории России.	1
	Неолитическая революция и ее последствия. Понятие «неолитическая революция». Причины неолитической революции. Зарождение производящего хозяйства, появление земледелия и животноводства. Прародина производящего хозяйства. Последствия неолитической революции. Древнейшие поселения земледельцев и животноводов. Неолитическая революция на территории современной России. Первое и второе общественное разделение труда. Появление ремесла и торговли. Начало формирования народов. Индоевропейцы и проблема их прародины. Эволюция общественных отношений, усиление неравенства. Соседская община. Племена и союзы племен. Укрепление власти вождей. Возникновение элементов государственности. Древнейшие города.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	
	Практическое занятие. Археологические памятники палеолита на территории России. Неолитическая революция на территории современной России.	1
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Происхождение человека. Неолитическая революция и	2

	ее последствия»	
Раздел 2. Цивилизации Древнего мира.		12
Тема 2.1. Древнейшие государства. Великие державы Древнего Востока.	Содержание учебного материала	2
	Древнейшие государства. Понятие цивилизации. Особенности цивилизаций Древнего мира — древневосточной и античной. Специфика древнеегипетской цивилизации. Города-государства Шумера. Вавилон. Законы царя Хаммурапи. Финикийцы и их достижения. Древние евреи в Палестине. Хараппская цивилизация Индии. Индия под властью ариев. Зарождение древнекитайской цивилизации.	1
	Великие державы Древнего Востока. Предпосылки складывания великих держав, их особенности. Последствия появления великих держав. Хеттское царство. Ассирийская военная держава. Урарту. Мидийско-Персидская держава — крупнейшее государство Древнего Востока. Государства Индии. Объединение Китая. Империи Цинь и Хань.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Особенности цивилизаций Древнего мира — древневосточной и античной.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Древнейшие государства. Великие державы Древнего Востока»	1
Тема 2.2. Древняя Греция.	Содержание учебного материала	2
	Древняя Греция. Особенности географического положения и природы Греции. Минойская и микенская цивилизации. Последствия вторжения дорийцев в Грецию. Складывание полисного строя. Характерные черты полиса. Великая греческая колонизация и ее последствия. Развитие демократии в Афинах. Спарта и ее роль в истории Древней Греции. Греко-персидские войны, их ход, результаты, последствия. Расцвет демократии в Афинах. Причины и результаты кризиса полиса. Македонское завоевание Греции. Походы Александра Македонского и их результаты. Эллинистические государства — синтез античной и древневосточной цивилизации.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Великая греческая колонизация и ее последствия.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Древняя Греция»	1
Тема 2.3. Древний Рим.	Содержание учебного материала	2
	Древний Рим. Рим в период правления царей. Рождение Римской республики и особенности управления в ней. Борьба патрициев и плебеев, ее результаты. Римские завоевания. Борьба с Карфагеном. Превращение Римской республики в мировую державу. Система управления в Римской республике. Внутриполитическая борьба, гражданские войны. Рабство в Риме, восстание рабов под предводительством Спартака. От республики к империи. Римская империя: территория,	1

	управление. Периоды принципата и домината. Рим и провинции. Войны Римской империи. Римляне и варвары. Кризис Римской империи. Поздняя империя. Эволюция системы императорской власти. Колонат. Разделение Римской империи на Восточную и Западную. Великое переселение народов и падение Западной Римской империи.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Великое переселение народов и падение Западной Римской империи.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Древний Рим»	1
Тема 2.4. Культура и религия Древнего мира.	Содержание учебного материала	2
	Культура и религия Древнего мира. Особенности культуры и религиозных воззрений Древнего Востока. Монотеизм. Иудаизм. Буддизм — древнейшая мировая религия. Зарождение конфуцианства в Китае. Достижения культуры Древней Греции. Особенности древнеримской культуры. Античная философия, наука, литература, архитектура, изобразительное искусство. Античная культура как фундамент современной мировой культуры. Религиозные представления древних греков и римлян. Возникновение христианства. Особенности христианского вероучения и церковной структуры. Превращение христианства в государственную религию Римской империи.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Возникновение христианства. Особенности христианского вероучения и церковной структуры.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Культура и религия Древнего мира»	1
Раздел 3. Цивилизации Запада и Востока в Средние века.		12
Тема 3.1. Великое переселение народов и образование варварских королевств в Европе. Возникновение ислама. Арабские завоевания.	Содержание учебного материала	2
	Великое переселение народов и образование варварских королевств в Европе. Средние века: понятие, хронологические рамки, периодизация. Варвары и их вторжения на территорию Римской империи. Крещение варварских племен. Варварские королевства, особенности отношений варваров и римского населения в различных королевствах. Синтез позднеримского и варварского начал в европейском обществе раннего Средневековья. Варварские правды. Возникновение ислама. Арабские завоевания. Арабы. Мухаммед и его учение. Возникновение ислама. Основы мусульманского вероучения. Образование Арабского халифата. Арабские завоевания. Мусульмане и христиане. Халифат Омейядов и Аббасидов. Распад халифата. Культура исламского мира. Архитектура, каллиграфия, литература. Развитие науки. Арабы как связующее звено между культурами античного мира и средневековой Европы.	1

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Возникновение ислама. Основы мусульманского вероучения.	1
	Практическое занятие. Принятие христианства славянскими народами. Китайская культура и ее влияние на соседние народы.	
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Великое переселение народов и образование варварских королевств в Европе. Возникновение ислама. Арабские завоевания»	1
Тема 3.2. Византийская империя. Восток в Средние века.	Содержание учебного материала	1
	Византийская империя. Территория Византии. Византийская империя: власть, управление. Расцвет Византии при Юстиниане. Попытка восстановления Римской империи. Кодификация права. Византия и славяне, славянизация Балкан. Принятие христианства славянскими народами. Византия и страны Востока. Турецкие завоевания и падение Византии. Культура Византии. Сохранение и переработка античного наследия. Искусство, иконопись, архитектура. Человек в византийской цивилизации. Влияние Византии на государственность и культуру России.	1
	Восток в Средние века. Средневековая Индия. Ислам в Индии. Делийский султанат. Культура средневековой Индии. Особенности развития Китая. Административно- бюрократическая система. Империя Суй, Тан. Монголы. Чингисхан. Монгольские завоевания, управление державой. Распад Монгольской империи. Империя Юань в Китае. Свержение монгольского владычества в Китае, империя Мин. Китайская культура и ее влияние на соседние народы. Становление и эволюция государственности в Японии. Самураи. Правление сёгунов.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
		1
Тема 3.3. Империя Карла Великого и ее распад. Феодалная раздробленность в Европе.	Содержание учебного материала	1
	Империя Карла Великого и ее распад. Феодалная раздробленность в Европе. Королевство франков. Военная реформа Карла Мартелла и ее значение. Франкские короли и римские папы. Карл Великий, его завоевания и держава. Каролингское возрождение. Распад Каролингской империи. Причины и последствия феодалной раздробленности. Британия в раннее Средневековье. Норманны и их походы. Норманнское завоевание Англии.	
	Основные черты западноевропейского феодализма. Средневековое общество. Феодализм: понятие, основные черты. Феодалное землевладение, вассально-ленные отношения. Причины возникновения феодализма. Структура и сословия средневекового общества. Крестьяне, хозяйственная жизнь, крестьянская община. Феодалы. Феодалный замок. Рыцари, рыцарская культура.	-
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.4.	Содержание учебного материала	1

Средневековый западноевропейский город. Католическая церковь в Средние века. Крестовые походы.	Средневековый западноевропейский город. Города Средневековья, причины их возникновения. Развитие ремесла и торговли. Коммуны и сеньоры. Городские республики. Ремесленники и цехи. Социальные движения. Повседневная жизнь горожан. Значение средневековых городов.	1
	Католическая церковь в Средние века. Крестовые походы. Христианская церковь в Средневековье. Церковная организация и иерархия. Усиление роли римских пап. Разделение церквей, католицизм и православие. Духовенство, монастыри, их роль в средневековом обществе. Ключенбургская реформа, монашеские ордена. Борьба пап и императоров Священной Римской империи. Папская теократия. Крестовые походы, их последствия. Ереси в Средние века: причины их возникновения и распространения. Инквизиция. Упадок папства.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Средневековый западноевропейский город. Католическая церковь в Средние века. Крестовые походы»	1
Тема 3.5. Зарождение централизованных государств в Европе.	Содержание учебного материала	1
	Зарождение централизованных государств в Европе. Англия и Франция в Средние века. Держава Плантагенетов. Великая хартия вольностей. Франция под властью Капетингов на пути к единому государству. Оформление сословного представительства (Парламент в Англии, Генеральные штаты во Франции). Столетняя война и ее итоги. Османское государство и падение Византии. Рождение Османской империи и государства Европы. Пиренейский полуостров в Средние века. Реконкиста. Образование Испании и Португалии. Политический и культурный подъем в Чехии. Ян Гус. Гуситские войны и их последствия. Перемены во внутренней жизни европейских стран. «Черная смерть» и ее последствия. Изменения в положении трудового населения. Жакерия. Восстание Уота Тайлера. Завершение складывания национальных государств. Окончательное объединение Франции. Война Алой и Белой розы в Англии. Укрепление королевской власти в Англии.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Зарождение централизованных государств в Европе»	1
Тема 3.6. Средневековая культура Западной Европы. Начало Ренессанса.	Содержание учебного материала	2
	Средневековая культура Западной Европы. Начало Ренессанса. Особенности и достижения средневековой культуры. Наука и богословие. Духовные ценности Средневековья. Школы и университеты. Художественная культура (стили, творцы, памятники искусства). Изобретение книгопечатания и последствия этого события. Гуманизм. Начало Ренессанса (Возрождения). Культурное наследие европейского Средневековья.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Военная реформа Карла Мартелла и ее значение. Структура и сословия средневекового общества.	1

	Практическое занятие. Крестовые походы, их последствия. Повседневная жизнь горожан в Средние века.	
	Практическое занятие. Политический и культурный подъем в Чехии. Ян Гус. Гуситские войны и их последствия. Культурное наследие европейского Средневековья.	
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Средневековая культура Западной Европы. Начало Ренессанса»	1
Раздел 4. От Древней Руси к Российскому государству.		12
Тема 4.1. Образование Древнерусского государства.	Содержание учебного материала	1
	Образование Древнерусского государства. Восточные славяне: происхождение, расселение, занятия, общественное устройство. Взаимоотношения с соседними народами и государствами. Предпосылки и причины образования Древнерусского государства. Новгород и Киев — центры древнерусской государственности. Варяжская проблема. Формирование княжеской власти (князь и дружина, полюдь). Первые русские князья, их внутренняя и внешняя политика. Походы Святослава.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.2. Крещение Руси и его значение. Общество Древней Руси.	Содержание учебного материала	2
	Крещение Руси и его значение. Начало правления князя Владимира Святославича. Организация защиты Руси от кочевников. Крещение Руси: причины, основные события, значение. Христианство и язычество. Церковная организация на Руси. Монастыри. Распространение культуры и письменности.	1
	Общество Древней Руси. Социально-экономический и политический строй Древней Руси. Земельные отношения. Свободное и зависимое население. Древнерусские города, развитие ремесел и торговли. Русская Правда. Политика Ярослава Мудрого и Владимира Мономаха. Древняя Русь и ее соседи.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Предпосылки и причины образования Древнерусского государства.	1
	Практическое занятие. Крещение Руси: причины, основные события, значение.	
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Крещение Руси и его значение. Общество Древней Руси»	2
Тема 4.3. Раздробленность на	Содержание учебного материала	1
	Раздробленность на Руси. Политическая раздробленность: причины и последствия. Крупнейшие	1

Руси.		самостоятельные центры Руси, особенности их географического, социально-политического и культурного развития. Новгородская земля. Владимиро-Суздальское княжество. Зарождение стремления к объединению русских земель.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 4.4. Древнерусская культура.	4.4.	Содержание учебного материала	2
		Древнерусская культура. Особенности древнерусской культуры. Возникновение письменности. Летописание. Литература (слово, житие, поучение, хождение). Былинный эпос. Деревянное и каменное зодчество. Живопись (мозаики, фрески). Иконы. Декоративно-прикладное искусство. Развитие местных художественных школ.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. «Владими́ро-Сузда́льское кня́жество.	1
		Практическое занятие. Деревянное и каменное зодчество.	
		Самостоятельная работа	-
Тема 4.5. Монгольское завоевание и его последствия.		Содержание учебного материала	2
		Монгольское завоевание и его последствия. Монгольское нашествие. Сражение на Калке. Поход монголов на Северо-Западную Русь. Героическая оборона русских городов. Походы монгольских войск на Юго-Западную Русь и страны Центральной Европы. Значение противостояния Руси монгольскому завоеванию. Борьба Руси против экспансии с Запада. Александр Ярославич. Невская битва. Ледовое побоище. Зависимость русских земель от Орды и ее последствия. Борьба населения русских земель против ордынского владычества.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Значение противостояния Руси монгольскому завоеванию.	1
		Самостоятельная работа	-
Тема 4.6. Начало возвышения Москвы. Образование единого Русского государства.		Содержание учебного материала	2
		Начало возвышения Москвы. Причины и основные этапы объединения русских земель. Москва и Тверь: борьба за великое княжение. Причины и ход возвышения Москвы. Московские князья и их политика. Княжеская власть и церковь. Дмитрий Донской. Начало борьбы с ордынским владычеством. Куликовская битва, ее значение. Образование единого Русского государства. Русь при преемниках Дмитрия Донского. Отношения между Москвой и Ордой, Москвой и Литвой. Феодалная война второй четверти XV века, ее итоги. Автокефалия Русской православной церкви. Иван III. Присоединение Новгорода. Завершение объединения русских земель. Прекращение зависимости Руси от Золотой Орды. Войны с Казанью, Литвой, Ливонским орденом и Швецией. Образование единого Русского государства и его значение. Усиление великокняжеской власти. Судебник 1497 года. Происхождение герба России. Система землевладения. Положение крестьян, ограничение их свободы. Предпосылки и начало складывания крепостнической системы.	1

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Куликовская битва, ее значение. Образование единого Русского государства и его значение.	1
	Самостоятельная работа	-
Раздел 5. Россия в XVI—XVII веках: от великого княжества к царству.		8
Тема 5.1. Россия в правление Ивана Грозного. Смутное время начала XVII века.	Содержание учебного материала	4
	Россия в правление Ивана Грозного. Россия в период боярского правления. Иван IV. Избранная рада. Реформы 1550-х годов и их значение. Становление приказной системы. Укрепление армии. Стоглавый собор. Расширение территории государства, его многонациональный характер. Походы на Казань. Присоединение Казанского и Астраханского ханств, борьба с Крымским ханством, покорение Западной Сибири. Ливонская война, ее итоги и последствия. Опричнина, споры о ее смысле. Последствия опричнины. Россия в конце XVI века, нарастание кризиса. Учреждение патриаршества. Закрепощение крестьян.	1
	Смутное время начала XVII века. Царствование Б. Годунова. Смута: причины, участники, последствия. Самозванцы. Восстание под предводительством И. Болотникова. Вмешательство Речи Посполитой и Швеции в Смуту. Оборона Смоленска. Освободительная борьба против интервентов. Патриотический подъем народа. Окончание Смуты и возрождение российской государственности. Ополчение К. Минина и Д. Пожарского. Освобождение Москвы. Начало царствования династии Романовых.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Опричнина, споры о ее смысле.	1
	Практическое занятие. Окончание Смуты и возрождение российской государственности.	1
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Россия в правление Ивана Грозного. Смутное время начала XVII века»	2
	Содержание учебного материала	2
	Экономическое и социальное развитие России в XVII веке. Народные движения. Экономические последствия Смуты. Восстановление хозяйства. Новые явления в экономике страны: рост товарно-денежных отношений, развитие мелкотоварного производства, возникновение мануфактур. Развитие торговли, начало формирования всероссийского рынка. Окончательное закрепощение крестьян. Народные движения в XVII веке: причины, формы, участники. Городские восстания. Восстание под предводительством С.Т. Разина.	1
Тема 5.2. Экономическое и социальное развитие России в XVII веке. Народные движения.	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1

	Практическое занятие. Народные движения в XVII веке: причины, формы, участники.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Экономическое и социальное развитие России в XVII веке. Народные движения»	1
Тема 5.3. Становление абсолютизма в России. Внешняя политика России в XVII веке. Культура Руси конца XIII—XVII веков.	Содержание учебного материала	2
	Становление абсолютизма в России. Внешняя политика России в XVII веке. Усиление царской власти. Развитие приказной системы. Преобразования в армии. Начало становления абсолютизма. Власть и церковь. Реформы патриарха Никона. Церковный раскол. Протопоп Аввакум. Освоение Сибири и Дальнего Востока. Русские первопроходцы. Внешняя политика России в XVII веке. Взаимоотношения с соседними государствами и народами. Россия и Речь Посполитая. Смоленская война. Присоединение к России Левобережной Украины и Киева. Отношения России с Крымским ханством и Османской империей.	1
	Культура Руси конца XIII — XVII веков. Культура XIII — XV веков. Летописание. Важнейшие памятники литературы (памятники куликовского цикла, сказания, жития, хождения). Развитие зодчества (Московский Кремль, монастырские комплексы-крепости). Расцвет иконописи (Ф. Грек, А. Рублев). Культура XVI века. Книгопечатание (И. Федоров). Публицистика. Зодчество (шатровые храмы). «Домострой». Культура XVII века. Традиции и новые веяния, усиление светского характера культуры. Образование. Литература: новые жанры (сатирические повести, автобиографические повести), новые герои. Зодчество: основные стили и памятники. Живопись (С. Ушаков).	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Реформы патриарха Никона. Церковный раскол.	1
	Практическое занятие. Культура России XVII века.	
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Становление абсолютизма в России. Внешняя политика России в XVII веке. Культура Руси конца XIII—XVII веков»	1
Раздел 6. Страны Запада и Востока в XVI — XVIII веке.		10
Тема 6.1. Экономическое развитие и перемены в западноевропейском обществе. Великие географические открытия.	Содержание учебного материала	1
	Экономическое развитие и перемены в западноевропейском обществе. Новые формы организации производства. Накопление капитала. Зарождение ранних капиталистических отношений. Мануфактура. Открытия в науке, усовершенствование в технике, внедрение технических новинок в производство. Революции в кораблестроении и военном деле. Совершенствование огнестрельного оружия. Развитие торговли и товарно-денежных отношений. Революция цен и ее последствия.	1

	Великие географические открытия. Образование колониальных империй. Великие географические открытия, их технические, экономические и интеллектуальные предпосылки. Поиски пути в Индию и открытие Нового Света (Х. Колумб, Васко да Гама, Ф. Магеллан). Разделы сфер влияния и начало формирования колониальной системы. Испанские и португальские колонии в Америке. Политические, экономические и культурные последствия Великих географических открытий.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Экономическое развитие и перемены в западноевропейском обществе. Великие географические открытия»	2
Тема 6.2. Возрождение и гуманизм в Западной Европе. Реформация и контрреформация.	Содержание учебного материала	2
	Возрождение и гуманизм в Западной Европе. Эпоха Возрождения. Понятие «Возрождение». Истоки и предпосылки становления культуры Ренессанса в Италии. Гуманизм и новая концепция человеческой личности. Идеи гуманизма в Северной Европе. Влияние гуманистических идей в литературе, искусстве и архитектуре. Высокое Возрождение в Италии. Искусство стран Северного Возрождения.	1
	Реформация и контрреформация. Понятие «протестантизм». Церковь накануне Реформации. Гуманистическая критика церкви. Мартин Лютер. Реформация в Германии, лютеранство. Религиозные войны. Крестьянская война в Германии. Жан Кальвин и распространение его учения. Новая конфессиональная карта Европы. Контрреформация и попытки преобразований в католическом мире. Орден иезуитов.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Зарождение ранних капиталистических отношений.	1
	Практическое занятие. Политические, экономические и культурные последствия Великих географических открытий.	
	Практическое занятие. Высокое Возрождение в Италии.	
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.3. Становление абсолютизма в европейских странах. Англия в XVII—XVIII веках.	Содержание учебного материала	2
	Становление абсолютизма в европейских странах. Абсолютизм как общественно - политическая система. Абсолютизм во Франции. Религиозные войны и правление Генриха IV. Франция при кардинале Ришелье. Фронда. Людовик XIV — «король-солнце». Абсолютизм в Испании. Испания и империя Габсбургов в XVII — XVIII веках. Англия в эпоху Тюдоров. Превращение Англии в великую морскую державу при Елизавете I. Общие черты и особенности абсолютизма в странах Европы. «Просвещенный абсолютизм», его значение и особенности в Пруссии, при монархии Габсбургов.	1
	Англия в XVII — XVIII веках. Причины и начало революции в Англии. Демократические течения	

	в революции. Провозглашение республики. Протекторат О. Кромвеля. Реставрация монархии. Итоги, характер и значение Английской революции. «Славная революция». Английское Просвещение. Дж. Локк. Политическое развитие Англии в XVIII веке. Колониальные проблемы. Подъем мануфактурного производства. Начало промышленной революции. Изменения в социальной структуре общества.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Крестьянская война в Германии.	1
	Практическое занятие. Общие черты и особенности абсолютизма в странах Европы.	
	Практическое занятие. Итоги, характер и значение Английской революции.	
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.4. Страны Востока в XVI — XVIII веках. Колониальная экспансия европейцев.	Содержание учебного материала	1
	Страны Востока в XVI — XVIII веках. Османские завоевания в Европе. Борьба европейских стран с османской опасностью. Внутренний строй Османской империи и причины ее упадка. Маньчжурское завоевание Китая. Империя Цин и ее особенности. Начало проникновения европейцев в Китай. Цинская политика изоляции. Сёгунат Токугавы в Японии.	1
	Страны Востока и колониальная экспансия европейцев. Колониальные захваты Англии, Голландии и Франции. Колониальное соперничество. Складывание колониальной системы. Колонизаторы и местное население. Значение колоний для развития стран Западной Европы. Испанские и португальские колонии Америки, ввоз африканских рабов. Английские колонии в Северной Америке: социально-экономическое развитие и политическое устройство. Рабовладение. Европейские колонизаторы в Индии. Захват Индии Англией и его последствия.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	
	Самостоятельная работа	
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Страны Востока в XVI — XVIII веках. Колониальная экспансия европейцев»	1
Тема 6.5. Международные отношения в XVII — XVIII веках. Развитие европейской культуры и науки в XVII — XVIII веках.	Содержание учебного материала	2
	Международные отношения в XVII — XVIII веках. Религиозные, экономические и колониальные противоречия. Причины, ход, особенности, последствия Тридцатилетней войны. Вестфальский мир и его значение. Гегемония Франции в Европе во второй половине XVII века. Династические войны XVIII века. (Война за испанское наследство, Война за австрийское наследство). Семилетняя война — прообраз мировой войны.	1
	Развитие европейской культуры и науки в XVII — XVIII веках. Эпоха просвещения. Новые художественные стили: классицизм, барокко, рококо. Крупнейшие писатели, художники, композиторы. Просвещение: эпоха и идеология. Развитие науки, важнейшие достижения. Идеология Просвещения и значение ее распространения. Учение о естественном праве и общественном договоре. Вольтер, Ш. Монтескьё, Ж.Ж. Руссо.	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Сёгунат Токугавы в Японии.	1
	Практическое занятие. Европейские колонизаторы в Индии.	
	Практическое занятие. Причины, ход, особенности, последствия Тридцатилетней войны.	
	Практическое занятие. Идеология Просвещения и значение ее распространения.	
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.6. Война за независимость и образование США. Французская революция конца XVIII века.	Содержание учебного материала	2
	Международные отношения в XVII — XVIII веках. Религиозные, экономические и колониальные противоречия. Причины, ход, особенности, последствия Тридцатилетней войны. Вестфальский мир и его значение. Гегемония Франции в Европе во второй половине XVII века. Династические войны XVIII века. (Война за испанское наследство, Война за австрийское наследство). Семилетняя война — прообраз мировой войны. Развитие европейской культуры и науки в XVII — XVIII веках.	1
	Французская революция конца XVIII века. Предпосылки и причины Французской революции конца XVIII века. Начало революции. Декларация прав человека и гражданина. Конституционалисты, жирондисты и якобинцы. Конституция 1791 года. Начало революционных войн. Свержение монархии и установление республики. Якобинская диктатура. Террор. Падение якобинцев. От термидора к брюмеру. Установление во Франции власти Наполеона Бонапарта. Итоги революции. Международное значение революции.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Война за независимость как первая буржуазная революция в США.	1
	Практическое занятие. Якобинская диктатура.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Война за независимость и образование США. Французская революция конца XVIII века»	1
Раздел 7. Россия в конце XVII — XVIII веков: от царства к империи.		16
Тема 7.1. Россия в эпоху петровских преобразований.	Содержание учебного материала	4
	Россия в эпоху петровских преобразований. Дискуссии о Петре I, значении и цене его преобразований. Начало царствования Петра I. Стрелецкое восстание. Правление царевны Софьи. Крымские походы В.В. Голицына. Начало самостоятельного правления Петра I. Азовские походы. Великое посольство. Первые преобразования. Северная война: причины, основные события, итоги. Значение Полтавской битвы. Прутский и Каспийский походы. Провозглашение России империей. Государственные реформы Петра I. Реорганизация армии. Реформы государственного управления (учреждение Сената, коллегий, губернская реформа и др.). Указ о	2

	единонаследии. Табель о рангах. Утверждение абсолютизма. Церковная реформа. Развитие экономики. Политика протекционизма и меркантилизма. Подушная подать. Введение паспортной системы. Социальные движения. Восстания в Астрахани, на Дону. Итоги и цена преобразований Петра Великого.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Итоги и цена преобразований Петра Великого.	2
	Самостоятельная работа	1
Тема 7.2. Экономическое и социальное развитие в XVIII веке. Народные движения.	Подготовка доклада, сообщения по теме «Россия в эпоху петровских преобразований»	1
	Содержание учебного материала	3
	Экономическое и социальное развитие в XVIII веке. Народные движения. Развитие промышленности и торговли во второй четверти — конце XVIII века. Рост помещичьего землевладения. Основные сословия российского общества, их положение. Усиление крепостничества. Восстание под предводительством Е.И. Пугачева и его значение.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Восстание под предводительством Е.И. Пугачева и его значение.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Экономическое и социальное развитие в XVIII веке. Народные движения»	1
Тема 7.3. Внутренняя и внешняя политика России в середине — второй половине XVIII века.	Содержание учебного материала	3
	Внутренняя и внешняя политика России в середине — второй половине XVIII века. Дворцовые перевороты: причины, сущность, последствия. Внутренняя и внешняя политика преемников Петра I. Расширение привилегий дворянства. Русско-турецкая война 1735 — 1739 годов. Участие России в Семилетней войне. Короткое правление Петра III. Правление Екатерины II. Политика «просвещенного абсолютизма»: основные направления, мероприятия, значение. Уложенная комиссия. Губернская реформа. Жалованные грамоты дворянству и городам. Внутренняя политика Павла I, его свержение. Внешняя политика Екатерины II. Русско-турецкие войны и их итоги. Великие русские полководцы и флотоводцы (П.А. Румянцев, А.В. Суворов, Ф.Ф. Ушаков). Присоединение и освоение Крыма и Новороссии; Г.А. Потемкин. Участие России в разделах Речи Посполитой. Внешняя политика Павла I. Итальянский и Швейцарский походы А.В. Суворова, Средиземноморская экспедиция Ф.Ф. Ушакова.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Присоединение и освоение Крыма и Новороссии.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 7.4. Русская культура XVIII века.	Содержание учебного материала	2
	Русская культура XVIII века. Нововведения в культуре петровских времен. Просвещение и научные знания (Ф. Прокопович. И.Т. Посошков). Литература и искусство. Архитектура и	1

		изобразительное искусство (Д. Трезини, В.В. Растрелли, И.Н. Никитин). Культура и быт России во второй половине XVIII века. Становление отечественной науки; М.В. Ломоносов. Исследовательские экспедиции. Историческая наука (В.Н. Татищев). Русские изобретатели (И.И. Ползунов, И.П. Кулибин). Общественная мысль (Н.И. Новиков, А.Н. Радищев). Литература: основные направления, жанры, писатели (А.П. Сумароков, Н.М. Карамзин, Г.Р. Державин, Д.И. Фонвизин). Развитие архитектуры, живописи, скульптуры, музыки (стили и течения, художники и их произведения). Театр (Ф.Г. Волков).	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Историческая наука в России в XVIII веке.	1
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Русская культура XVIII века»	1
Раздел 8. Становление индустриальной цивилизации.			4
Тема 8.1. Промышленный переворот и его последствия. Международные отношения.	8.1. его	Содержание учебного материала	2
		Промышленный переворот и его последствия. Промышленный переворот (промышленная революция), его причины и последствия. Важнейшие изобретения. Технический переворот в промышленности. От мануфактуры к фабрике. Машинное производство. Появление новых видов транспорта и средств связи. Социальные последствия промышленной революции. Индустриальное общество. Экономическое развитие Англии и Франции в XIX веке. Конец эпохи «свободного капитализма». Концентрация производства и капитала. Монополии и их формы. Финансовый капитал. Роль государства в экономике.	1
		Международные отношения. Войны Французской революции и Наполеоновские войны. Антифранцузские коалиции. Крушение наполеоновской империи и его причины. Создание Венской системы международных отношений. Священный союз. Восточный вопрос и обострение противоречий между европейскими державами. Крымская (Восточная) война и ее последствия. Франко-прусская война и изменение расстановки сил на мировой арене. Колониальные захваты. Противоречия между державами. Складывание системы союзов. Тройственный союз. Франко-русский союз — начало образования Антанты.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Социальные последствия промышленной революции. Индустриальное общество.	1
		Практическое занятие. Крымская (Восточная) война и ее последствия.	
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Промышленный переворот и его последствия. Международные отношения»	1

Тема 8.2. Политическое развитие стран Европы и Америки. Развитие западноевропейской культуры.	Содержание учебного материала	2
	Политическое развитие стран Европы и Америки. Страны Европы после Наполеоновских войн. Июльская революция во Франции. Образование независимых государств в Латинской Америке. Эволюция политической системы Великобритании, чартистское движение. Революции во Франции, Германии, Австрийской империи и Италии в 1848 — 1849 годах: характер, итоги и последствия. Пути объединения национальных государств: Италии, Германии. Социально-экономическое развитие США в конце XVIII — первой половине XIX века. Истоки конфликта Север — Юг. Президент А. Линкольн. Гражданская война в США. Отмена рабства. Итоги войны. Распространение социалистических идей. Первые социалисты. Учение К. Маркса. Рост рабочего движения. Деятельность I Интернационала. Возникновение социал-демократии. Образование II Интернационала. Течения внутри социал-демократии.	1
	Развитие западноевропейской культуры. Литература. Изобразительное искусство. Музыка. Романтизм, реализм, символизм в художественном творчестве. Секуляризация науки. Теория Ч. Дарвина. Важнейшие научные открытия. Революция в физике. Влияние культурных изменений на повседневную жизнь и быт людей. Автомобили и воздухоплавание.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Гражданская война в США.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Политическое развитие стран Европы и Америки. Развитие западноевропейской культуры»	1
Раздел 9. Процесс модернизации в традиционных обществах Востока.		4
Тема 9.1. Колониальная экспансия европейских стран. Индия. Китай и Япония.	Содержание учебного материала	
	Колониальная экспансия европейских стран. Индия. Особенности социально-экономического и политического развития стран Востока. Страны Востока и страны Запада: углубление разрыва в темпах экономического роста. Значение колоний для ускоренного развития западных стран. Колониальный раздел Азии и Африки. Традиционные общества и колониальное управление. Освободительная борьба народов колоний и зависимых стран. Индия под властью британской короны. Восстание сипаев и реформы в управлении Индии.	2
	Китай и Япония. Начало превращения Китая в зависимую страну. Опиумные войны. Восстание тайпинов, его особенности и последствия. Упадок и окончательное закабаление Китая западными странами. Особенности японского общества в период сёгуната Токугава. Насильственное «открытие» Японии. Революция Мэйдзи и ее последствия. Усиление Японии и начало ее экспансии в Восточной Азии.	

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Колониальный раздел Азии и Африки.	1
	Практическое занятие. Революция Мэйдзи и ее последствия.	1
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Колониальная экспансия европейских стран. Индия. Китай и Япония»	2
Раздел 10. Российская империя в XIX веке.		25
Тема 10.1. Внутренняя и внешняя политика России в начале XIX века.	Содержание учебного материала	2
	Внутренняя и внешняя политика России в начале XIX века. Император Александр I и его окружение. Создание министерств. Указ о вольных хлебопашцах. Меры по развитию системы образования. Проект М.М. Сперанского. Учреждение Государственного совета. Участие России в антифранцузских коалициях. Тильзитский мир 1807 года и его последствия. Присоединение к России Финляндии и Бессарабии. Отечественная война 1812 года. Планы сторон, основные этапы и сражения войны. Герои войны (М.И. Кутузов, П.И. Багратион, Н.Н. Раевский, Д.В. Давыдов и др.). Причины победы России в Отечественной войне 1812 года. Заграничный поход русской армии 1813 — 1814 годов. Венский конгресс. Роль России в европейской политике в 1813 — 1825 годах. Изменение внутривосточного курса Александра I в 1816 — 1825 годах. Аракчеевщина. Военные поселения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Отечественная война 1812 года.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Внутренняя и внешняя политика России в начале XIX века»	1
Тема 10.2. Движение декабристов.	Содержание учебного материала	2
	Движение декабристов. Движение декабристов: предпосылки возникновения, идейные основы и цели, первые организации, их участники. Южное общество; «Русская правда» П. И. Пестеля. Северное общество; Конституция Н.М. Муравьева. Выступления декабристов в Санкт-Петербурге (14 декабря 1825 года) и на юге, их итоги. Значение движения декабристов.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Значение движения декабристов.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Движение декабристов»	1
Тема 10.3. Внутренняя политика Николая I. Общественное	Содержание учебного материала	2
	Внутренняя политика Николая I. Правление Николая I. Преобразование и укрепление роли государственного аппарата. Кодификация законов. Социально- экономическое развитие России	1

движение во второй четверти XIX века.	во второй четверти XIX века. Крестьянский вопрос. Реформа управления государственными крестьянами П.Д. Киселева. Начало промышленного переворота, его экономические и социальные последствия. Финансовая реформа Е.Ф. Канкрин. Политика в области образования. Теория официальной народности (С.С. Уваров).	
	Общественное движение во второй четверти XIX века. Оппозиционная общественная мысль. «Философическое письмо» П.Я. Чаадаева. Славянофилы (К.С. и И.С. Аксаковы, И.В. и П.В. Киреевские, А.С. Хомяков, Ю.Ф. Самарин и др.) и западники (К.Д. Кавелин, С.М. Соловьев, Т.Н. Грановский и др.). Революционно-социалистические течения (А.И. Герцен, Н.П. Огарев, В.Г. Белинский). Общество петрашевцев. Создание А.И. Герценом теории русского социализма и его издательская деятельность.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Начало промышленного переворота в России, его экономические и социальные последствия.	1
	Практическое занятие. Создание А.И. Герценом теории русского социализма и его издательская деятельность.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 10.4. Внешняя политика России во второй четверти XIX века.	Подготовка доклада, сообщения по теме «Внутренняя политика Николая I. Общественное движение во второй четверти XIX века»	2
	Содержание учебного материала	2
	Внешняя политика России во второй четверти XIX века. Россия и революционные события 1830 — 1831 и 1848 — 1849 годов в Европе. Восточный вопрос. Войны с Ираном и Турцией. Кавказская война. Крымская война 1853 — 1856 годов: причины, этапы военных действий, итоги. Героическая оборона Севастополя и ее герои.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Героическая оборона Севастополя в 1854 — 1855 годах и ее герои.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Внешняя политика России во второй четверти XIX века»	1
Тема 10.5. Отмена крепостного права и реформы 60 — 70-х годов XIX века. Контрреформы.	Содержание учебного материала	1
	Отмена крепостного права и реформы 60 — 70-х годов XIX века. Контрреформы. Необходимость и предпосылки реформ. Император Александр II и его окружение. Планы и проекты переустройства России. Подготовка крестьянской реформы. Разработка проекта реформы в Редакционных комиссиях. Основные положения Крестьянской реформы 1861 года и условия освобождения крестьян. Значение отмены крепостного права. Земская и городская реформы, создание системы местного самоуправления. Судебная реформа, суд присяжных. Введение всеобщей воинской повинности. Реформы в области образования и печати. Итоги и следствия	1

		реформ 1860 — 1870-х годов. «Конституция М.Т. Лорис-Меликова». Александр III. Причины контрреформ, их основные направления и последствия.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Отмена крепостного права и реформы 60 — 70-х годов XIX века. Контрреформы»	1
Тема 10.6. Общественное движение во второй половине XIX века.		Содержание учебного материала	2
		Общественное движение во второй половине XIX века. Общественное движение в России в последней трети XIX века. Консервативные, либеральные, радикальные течения общественной мысли. Народническое движение: идеология (М.А. Бакунин, П.Л. Лавров, П.Н. Ткачев), организации, тактика. Деятельность «Земли и воли» и «Народной воли». Охота народовольцев на царя. Кризис революционного народничества. Основные идеи либерального народничества. Распространение марксизма и зарождение российской социал-демократии. Начало рабочего движения.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Значение отмены крепостного права в России.	1
		Практическое занятие. Народническое движение.	
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Общественное движение во второй половине XIX века»	1
Тема 10.7. Экономическое развитие во второй половине XIX века.		Содержание учебного материала	2
		Экономическое развитие во второй половине XIX века. Социально-экономическое развитие пореформенной России. Сельское хозяйство после отмены крепостного права. Развитие торговли и промышленности. Железнодорожное строительство. Завершение промышленного переворота, его последствия. Возрастание роли государства в экономической жизни страны. Курс на модернизацию промышленности. Экономические и финансовые реформы (Н.Х. Бунге, С.Ю. Витте). Разработка рабочего законодательства.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
		Практическое занятие. Курс на модернизацию промышленности в России во второй половине XIX века.	1
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Экономическое развитие во второй половине XIX века»	1
Тема 10.8. Внешняя политика России во второй половине XIX века.		Содержание учебного материала	1
		Внешняя политика России во второй половине XIX века. Европейская политика. А.М. Горчаков и преодоление последствий поражения в Крымской войне. Русско-турецкая война 1877 — 1878 годов, ход военных действий на Балканах — в Закавказье. Роль России в освобождении балканских народов. Присоединение Казахстана и Средней Азии. Заключение русско-	1

	французского союза. Политика России на Дальнем Востоке. Россия в международных отношениях конца XIX века.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Внешняя политика России во второй половине XIX века»	1
Тема 10.9. Русская культура XIX века.	Содержание учебного материала	2
	Русская культура XIX века. Развитие науки и техники (Н.И. Лобачевский, Н.И. Пирогов, Н.Н. Зинин, Б.С. Якоби, А.Г. Столетов, Д.И. Менделеев, И.М. Сеченов и др.). Географические экспедиции, их участники. Расширение сети школ и университетов. Основные стили в художественной культуре (романтизм, классицизм, реализм). Золотой век русской литературы: писатели и их произведения (В.А. Жуковский, А.С. Пушкин, М.Ю. Лермонтов, Н.В. Гоголь и др.). Общественное звучание литературы (Н.А. Некрасов, И.С. Тургенев, Л.Н. Толстой, Ф.М. Достоевский). Становление и развитие национальной музыкальной школы (М.И. Глинка, П.И. Чайковский, Могучая кучка). Расцвет театрального искусства, возрастание его роли в общественной жизни. Живопись: академизм, реализм, передвижники. Архитектура: стили (русский ампи́р, классицизм), зодчие и их произведения. Место российской культуры в мировой культуре XIX века.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Русско-турецкая война 1877 — 1878 годов.	1
	Практическое занятие. Золотой век русской литературы.	
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Русская культура XIX века»	1
Раздел 11. От Новой истории к Новейшей.		24
Тема 11.1. Мир в начале XX века. Пробуждение Азии в начале XX века.	Содержание учебного материала	2
	Мир в начале XX века. Понятие «новейшая история». Важнейшие изменения на карте мира. Первые войны за передел мира. Окончательное формирование двух блоков в Европе (Тройственного союза и Антанты), нарастание противоречий между ними. Военно-политические планы сторон. Гонка вооружений. Балканские войны. Подготовка к большой войне. Особенности экономического развития Великобритании, Франции, Германии, США. Социальные движения и социальные реформы. Реформизм в деятельности правительств. Влияние достижений научно-технического прогресса.	1
	Пробуждение Азии в начале XX века. Колонии, зависимые страны и метрополии. Начало антиколониальной борьбы. Синьхайская революция в Китае. Сун Ятсен. Гоминьдан. Кризис Османской империи и Младотурецкая революция. Революция в Иране. Национально-	

	освободительная борьба в Индии против британского господства. Индийский национальный конгресс. М. Ганди.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Синьхайская революция в Китае.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Мир в начале XX века. Пробуждение Азии в начале XX века»	1
Тема 11.2. Россия на рубеже XIX — XX веков.	Содержание учебного материала	1
	Россия на рубеже XIX — XX веков. Динамика промышленного развития. Роль государства в экономике России. Аграрный вопрос. Император Николай II, его политические воззрения. Общественное движение Возникновение социалистических и либеральных организаций и партий: их цели, тактика, лидеры (Г.В. Плеханов, В.М. Чернов, В.И. Ленин, Ю.О. Мартов, П.Б. Струве). Усиление рабочего и крестьянского движения. Внешняя политика России. Конференции в Гааге. Усиление влияния в Северо-Восточном Китае. Русско-японская война 1904 — 1905 годов: планы сторон, основные сражения. Портсмутский мир.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 11.3. Революция 1905 — 1907 годов в России.	Содержание учебного материала	1
	Революция 1905 — 1907 годов в России. Причины революции. «Кровавое воскресенье» и начало революции. Развитие революционных событий и политика властей. Советы как форма политического творчества масс. Манифест 17 октября 1905 года. Московское восстание. Спад революции. Становление конституционной монархии и элементов гражданского общества. Легальные политические партии. Опыт российского парламентаризма 1906 — 1917 годов: особенности парламентской системы, ее полномочия и влияние на общественно-политическую жизнь, тенденции эволюции. Результаты Первой российской революции в политических и социальных аспектах.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Революция 1905 — 1907 годов в России»	1
Тема 11.4. Россия в период столыпинских реформ. Серебряный век русской культуры.	Содержание учебного материала	2
	Россия в период столыпинских реформ. П.А. Столыпин как государственный деятель. Программа П.А. Столыпина, ее главные цели и комплексный характер. П.А. Столыпин и III Государственная дума. Основное содержание и этапы реализации аграрной реформы, ее влияние на экономическое и социальное развитие России. Проблемы и противоречия в ходе проведения аграрной реформы. Другие реформы и их проекты. Экономический подъем. Политическая и общественная жизнь в России в 1910 — 1914 годы. Обострение внешнеполитической обстановки. Серебряный век	1

	русской культуры. Открытия российских ученых в науке и технике. Русская философия: поиски общественного идеала. Сборник «Вехи». Развитие литературы: от реализма к модернизму. Поэзия Серебряного века. Изобразительное искусство: традиции реализма, «Мир искусства», авангардизм, его направления. Архитектура. Скульптура. Музыка.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Становление конституционной монархии и элементов гражданского общества.	1
	Практическое занятие. Основное содержание и этапы реализации столыпинской аграрной реформы, ее влияние на экономическое и социальное развитие России.	
	Практическое занятие. Русская философия: поиски общественного идеала.	
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Россия в период столыпинских реформ. Серебряный век русской культуры»	2
Тема 11.5. Первая мировая война. Боевые действия 1914 — 1918 годов.	Содержание учебного материала	2
	Первая мировая война. Боевые действия 1914 — 1918 годов. Особенности и участники войны. Начальный период боевых действий (август — декабрь 1914 года). Восточный фронт и его роль в войне. Успехи и поражения русской армии. Переход к позиционной войне. Основные сражения в Европе в 1915 — 1917 годах. Брусиловский прорыв и его значение. Боевые действия в Африке и Азии. Вступление в войну США и выход из нее России. Боевые действия в 1918 году. Поражение Германии и ее союзников.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Восточный фронт и его роль в Первой мировой войне.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 11.6. Первая мировая война и общество.	Содержание учебного материала	2
	Первая мировая война и общество. Развитие военной техники в годы войны. Применение новых видов вооружений: танков, самолетов, отравляющих газов. Перевод государственного управления и экономики на военные рельсы. Государственное регулирование экономики. Патриотический подъем в начале войны. Власть и общество на разных этапах войны. Нарастание тягот и бедствий населения. Антивоенные и национальные движения. Нарастание общенационального кризиса в России. Итоги Первой мировой войны. Парижская и Вашингтонская конференции и их решения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Власть и российское общество на разных этапах Первой мировой войны.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Первая мировая война и общество»	1
Тема 11.7. Февральская	Содержание учебного материала	2

революция в России. От Февраля к Октябрю.	Февральская революция в России. От Февраля к Октябрю. Причины революции. Отречение Николая II от престола. Падение монархии как начало Великой российской революции. Временное правительство и Петроградский совет рабочих и солдатских депутатов: начало двоевластия. Вопросы о войне и земле. «Апрельские тезисы» В.И. Ленина и программа партии большевиков о переходе от буржуазного этапа революции к пролетарскому (социалистическому). Причины апрельского, июньского и июльского кризисов Временного правительства. Конец двоевластия. На пороге экономической катастрофы и распада: Россия в июле — октябре 1917 года. Деятельность А.Ф. Керенского во главе Временного правительства. Выступление Л.Г. Корнилова и его провал. Изменения в революционной части политического поля России: раскол эсеров, рост влияния большевиков в Советах.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Временное правительство и Петроградский совет рабочих и солдатских депутатов в 1917 году.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Февральская революция в России. От Февраля к Октябрю»	1
Тема 11.8. Октябрьская революция в России и ее последствия.	Содержание учебного материала	2
	Октябрьская революция в России и ее последствия. События 24 — 25 октября в Петрограде, приход к власти большевиков во главе с В. И. Лениным. Союз большевиков и левых эсеров. Установление власти Советов в основных регионах России. II Всероссийский съезд Советов. Декреты о мире и о земле. Формирование новых органов власти. Создание ВЧК, начало формирования Красной Армии. Отношение большевиков к созыву Учредительного собрания. Причины разгона Учредительного собрания. Создание федеративного социалистического государства и его оформление в Конституции РСФСР 1918 года. Советско-германские переговоры и заключение Брестского мира, его условия, экономические и политические последствия. Разрыв левых эсеров с большевиками, выступление левых эсеров и его разгром. Установление однопартийного режима.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. II Всероссийский съезд Советов. Декреты о мире и о земле.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Октябрьская революция в России и ее последствия»	1
Тема 11.9. Гражданская война в России.	Содержание учебного материала	2
	Гражданская война в России. Причины Гражданской войны. Красные и белые: политические ориентации, лозунги и реальные действия, социальная опора. Другие участники Гражданской войны. Цели и этапы участия иностранных государств в Гражданской войне. Начало фронтовой Гражданской войны. Ход военных действий на фронтах в 1918 — 1920 годах. Завершающий	1

	период Гражданской войны. Причины победы красных. Россия в годы Гражданской войны. Экономическая политика большевиков. Национализация, «красногвардейская атака на капитал». Политика «военного коммунизма», ее причины, цели, содержание, последствия. Последствия и итоги Гражданской войны.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Россия в годы Гражданской войны.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Гражданская война в России»	1
Раздел 12. Межвоенный период (1918 — 1939).		17
Тема 12.1. Европа и США. Недемократические режимы.	Содержание учебного материала	2
	Европа и США. Территориальные изменения в Европе и Азии после Первой мировой войны. Революционные события 1918 — начала 1920-х годов в Европе. Ноябрьская революция в Германии и возникновение Веймарской республики. Революции в Венгрии. Зарождение коммунистического движения, создание и деятельность Коммунистического интернационала. Экономическое развитие ведущих стран мира в 1920-х годах. Причины мирового экономического кризиса 1929 — 1933 годов. Влияние биржевого краха на экономику США. Распространение кризиса на другие страны. Поиск путей выхода из кризиса. Дж. М. Кейнс и его рецепты спасения экономики. Государственное регулирование экономики и социальных отношений. «Новый курс» президента США Ф. Рузвельта и его результаты.	1
	Недемократические режимы. Рост фашистских движений в Западной Европе. Захват фашистами власти в Италии. Режим Муссолини в Италии. Победа нацистов в Германии. А. Гитлер — фюрер германского народа. Внутренняя политика А. Гитлера, установление и функционирование тоталитарного режима, причины его устойчивости. Авторитарные режимы в большинстве стран Европы: общие черты и национальные особенности. Создание и победа Народного фронта во Франции, Испании. Реформы правительств Народного фронта. Гражданская война в Испании. Помощь СССР антифашистам. Причины победы мятежников.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Причины мирового экономического кризиса 1929 — 1933 годов.	1
	Практическое занятие. Гражданская война в Испании.	
	Самостоятельная работа	-
		2
Тема 12.2. Турция, Китай, Индия, Япония.	Содержание учебного материала	2
	Турция, Китай, Индия, Япония. Воздействие Первой мировой войны и Великой российской революции на страны Азии. Установление республики в Турции, деятельность М. Кемаля. Великая национальная революция 1925 — 1927 годов в Китае. Создание Компартии Китая. Установление диктатуры Чан Кайши и гражданская война в Китае. Советские районы Китая.	1

	Создание Национального фронта борьбы против Японии. Сохранение противоречий между коммунистами и гоминдановцами. Кампания гражданского неповиновения в Индии. Идеология ненасильственного сопротивления английским колонизаторам М. Ганди. Милитаризация Японии, ее переход к внешнеполитической экспансии.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 12.3. Международные отношения. Культура в первой половине XX века.	Содержание учебного материала	2
	Международные отношения. Деятельность Лиги Наций. Кризис Версальско-Вашингтонской системы. Агрессия Японии на Дальнем Востоке. Начало японо-китайской войны. Столкновения Японии и СССР. События у озера Хасан и реки Халхин-Гол. Агрессия Италии в Эфиопии. Вмешательство Германии и Италии в гражданскую войну в Испании. Складывание союза агрессивных государств «Берлин — Рим — Токио». Западная политика «умиротворения» агрессоров. Аншлюс Австрии. Мюнхенский сговор и раздел Чехословакии.	1
	Культура в первой половине XX века. Развитие науки. Открытия в области физики, химии, биологии, медицины. Формирование новых художественных направлений и школ. Развитие реалистического и модернистского искусства. Изобразительное искусство. Архитектура. Основные направления в литературе. Писатели: модернисты, реалисты; писатели «потерянного поколения», антиутопии. Музыка. Театр. Развитие киноискусства. Рождение звукового кино. Нацизм и культура.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Великая национальная революция 1925 — 1927 годов в Китае.	1
	Мюнхенский сговор и раздел Чехословакии.	
	Практическое занятие. Формирование новых художественных направлений и школ в искусстве первой половины XX века.	
	Самостоятельная работа	-
Тема 12.4. Новая экономическая политика в Советской России. Образование СССР.	Содержание учебного материала	3
	Новая экономическая политика в Советской России. Образование СССР. Экономический и политический кризис. Крестьянские восстания, Кронштадтский мятеж и др. Переход к новой экономической политике. Сущность нэпа. Достижения и противоречия нэпа, причины его свертывания. Политическая жизнь в 1920-е годы. Образование СССР: предпосылки объединения республик, альтернативные проекты и практические решения. Национальная политика советской власти. Укрепление позиций страны на международной арене.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Сущность нэпа. Достижения и противоречия нэпа, причины его свертывания.	2
	Самостоятельная работа	-

Тема 12.5. Индустриализация и коллективизация в СССР.	Содержание учебного материала	3
	Индустриализация и коллективизация в СССР. Обострение внутривластных разногласий и борьбы за лидерство в партии и государстве. Советская модель модернизации. Начало индустриализации. Коллективизация сельского хозяйства: формы, методы, экономические и социальные последствия. Индустриализация: цели, методы, экономические и социальные итоги и следствия. Первые пятилетки: задачи и результаты.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Советская модель модернизации.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 12.6. Советское государство и общество в 1920 — 1930-е годы.	Содержание учебного материала	1
	Советское государство и общество в 1920 — 1930-е годы. Особенности советской политической системы: однопартийность, сращивание партийного и государственного аппарата, контроль над обществом. Культ вождя. И.В. Сталин. Массовые репрессии, их последствия. Изменение социальной структуры советского общества. Стахановское движение. Положение основных социальных групп. Повседневная жизнь и быт населения городов и деревень. Итоги развития СССР в 1930-е годы. Конституция СССР 1936 года.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Советское государство и общество в 1920 — 1930-е годы»	1
Тема 12.7. Советская культура в 1920—1930-е годы.	Содержание учебного материала	2
	Советская культура в 1920 — 1930-е годы. «Культурная революция»: задачи и направления. Ликвидация неграмотности, создание системы народного образования. Культурное разнообразие 1920-х годов. Идеологическая борьба среди деятелей культуры. Утверждение метода социалистического реализма в литературе и искусстве. Достижения литературы и искусства. Развитие кинематографа. Введение обязательного начального преподавания. Восстановление преподавания истории. Идеологический контроль над духовной жизнью общества. Развитие советской науки.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Стахановское движение.	1
	Практическое занятие. Культурная революция»: задачи и направления.	
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Советская культура в 1920—1930-е годы»	1
Раздел 13. Вторая мировая война. Великая Отечественная		20

война.		
Тема 13.1. Накануне мировой войны.	Содержание учебного материала	3
	Накануне мировой войны. Мир в конце 1930-х годов: три центра силы. Нарастание угрозы войны. Политика «умиротворения» агрессора и переход Германии к решительным действиям. Англо-франко-советские переговоры в Москве, причины их неудачи. Советско-германский пакт о ненападении и секретный дополнительный протокол. Военно-политические планы сторон. Подготовка к войне.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Военно-политические планы сторон накануне Второй мировой войны. Подготовка к войне.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Накануне мировой войны»	1
Тема 13.2. Первый период Второй мировой войны. Бои на Тихом океане.	Содержание учебного материала	5
	Первый период Второй мировой войны. Бои на Тихом океане. Нападение Германии на Польшу. «Странная война» на Западном фронте. Поражение Франции. Оккупация и подчинение Германией стран Европы. Битва за Англию. Укрепление безопасности СССР: присоединение Западной Белоруссии и Западной Украины, Бессарабии и Северной Буковины. Советско-финляндская война, советизация прибалтийских республик. Нацистская программа завоевания СССР.	1
	Подготовка СССР и Германии к войне. Соотношение боевых сил к июню 1941 года. Великая Отечественная война как самостоятельный и определяющий этап Второй мировой войны. Цели сторон, соотношение сил. Основные сражения и их итоги на первом этапе войны (22 июня 1941 года — ноябрь 1942 года). Деятельность советского руководства по организации обороны страны. Историческое значение Московской битвы. Нападение Японии на США. Боевые действия на Тихом океане в 1941 — 1945 годах.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Историческое значение Московской битвы.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Первый период Второй мировой войны. Бои на Тихом океане»	2
Тема 13.3. Второй период Второй мировой войны.	Содержание учебного материала	8
	Второй период Второй мировой войны. Военные действия на советско-германском фронте в 1942 году. Сталинградская битва и начало коренного перелома в ходе войны.	1
	Военные действия в Северной Африке. Складывание антигитлеровской коалиции и ее значение. Конференции глав союзных держав и их решения. Курская битва и завершение коренного перелома.	1

		Оккупационный режим. Геноцид. Холокост. Движение Сопротивления. Партизанское движение в СССР, формы борьбы, роль и значение. Коллаборационизм, его причины в разных странах Европы и Азии. Советский тыл в годы войны. Эвакуация. Вклад в победу деятелей науки и культуры. Изменение положения Русской православной церкви и других конфессий в годы войны. Главные задачи и основные наступательные операции Красной Армии на третьем этапе войны (1944).	1
		Открытие Второго фронта в Европе. Военные операции 1945 года. Разгром Германии. Советско-японская война. Атомная бомбардировка Хиросимы и Нагасаки. Окончание Второй мировой войны. Значение победы над фашизмом. Решающий вклад СССР в Победу. Людские и материальные потери воюющих сторон.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
		Практическое занятие. Сталинградская битва и начало коренного перелома в ходе Великой Отечественной войны.	2
		Практическое занятие. Движение Сопротивления в годы Второй мировой войны.	2
		Самостоятельная работа	1
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Второй период Второй мировой войны»	1
Раздел	14.		
Соревнование социальных систем.			14
Тема	14.1.	Содержание учебного материала	1
Послевоенное устройство мира.		Послевоенное устройство мира. Начало «холодной войны». Итоги Второй мировой войны и новая геополитическая ситуация в мире. Решения Потсдамской конференции. Создание ООН и ее деятельность. Раскол антифашистской коалиции. Начало «холодной войны». Создание НАТО и СЭВ. Особая позиция Югославии. Формирование двухполюсного (биполярного) мира. Создание НАТО и ОВД. Берлинский кризис. Раскол Германии. Война в Корее. Гонка вооружений.	1
Начало «холодной войны».		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	2
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Послевоенное устройство мира. Начало «холодной войны»	2
Тема	14.2.	Содержание учебного материала	2
Ведущие капиталистические страны.		Ведущие капиталистические страны. Превращение США в ведущую мировую державу. Факторы, способствовавшие успешному экономическому развитию США. Развитие научно-технической революции. Основные тенденции внутренней и внешней политики США. Послевоенное восстановление стран Западной Европы. «План Маршалла». Важнейшие тенденции развития Великобритании, Франции, ФРГ. Падение авторитарных режимов в Португалии, Испании,	1
Страны Восточной Европы.			

	Греции. Европейская интеграция, ее причины, цели, ход, последствия. Особенности развития Японии.	
	Страны Восточной Европы. Установление власти коммунистических сил после Второй мировой войны в странах Восточной Европы. Начало социалистического строительства. Копирование опыта СССР. Создание и деятельность Совета экономической взаимопомощи (СЭВ). Антикоммунистическое восстание в Венгрии и его подавление. Экономическое и политическое развитие социалистических государств в Европе в 1960 — 1970-е годы. Попытки реформ. Я. Кадар. «Пражская весна». Кризисные явления в Польше. Особый путь Югославии под руководством И.Б. Тито. Перемены в странах Восточной Европы в конце XX века. Объединение Германии. Распад Югославии и война на Балканах. «Шоковая терапия» и социальные последствия перехода к рынку. Восточная Европа в начале XX века.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Создание ООН и ее деятельность.	1
	Практическое занятие. Послевоенное восстановление стран Западной Европы. «План Маршалла».	
	Практическое занятие. Особый путь Югославии под руководством И.Б. Тито.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 14.3. Крушение колониальной системы. Индия, Пакистан, Китай.	Подготовка доклада, сообщения по теме «Ведущие капиталистические страны. Страны Восточной Европы»	2
	Содержание учебного материала	1
	Крушение колониальной системы. Освобождение от колониальной зависимости стран Азии (Вьетнама, Индии, Индонезии). Деколонизация Африки. Освобождение Анголы и Мозамбика. Падение режима апартеида в ЮАР. Основные проблемы освободившихся стран. Социалистический и капиталистический пути развития. Поиск путей модернизации. «Азиатские тигры». Основы ускоренного экономического роста. Исламская революция в Иране. Вторжение войск западной коалиции в Ирак. «Арабская весна», ее причины и последствия. Индия, Пакистан, Китай. Освобождение Индии и Пакистана от власти Великобритании. Причины противоречий между Индией и Пакистаном. Особенности внутри- и внешнеполитического развития этих государств. Реформы в Индии. Успехи в развитии Индии в начале XXI века. Завершение гражданской войны в Китае. Образование КНР. Мао Цзэдун. «Большой скачок», народные коммуны и «культурная революция» в КНР. Реформы в Китае. Дэн Сяопин. Успехи и проблемы развития социалистического Китая на современном этапе.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Крушение колониальной системы. Индия, Пакистан, Китай»	1
Тема 14.4. Страны	Содержание учебного материала	2

Латинской Америки.	Страны Латинской Америки. Особенности экономического и политического развития стран Латинской Америки. Национал-реформизм. Х. Перрон. Военные перевороты и военные диктатуры. Между диктатурой и демократией. Господство США в Латинской Америке. Кубинская революция. Ф. Кастро. Строительство социализма на Кубе. Куба после распада СССР. Чилийская революция. С. Альенде. Сандинистская революция в Никарагуа. «Левый поворот» в конце XX — начале XXI века. Президент Венесуэлы У. Чавес и его последователи в других странах. Строительство социализма XXI века.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Основные проблемы освободившихся стран во второй половине XX века.	1
	Практическое занятие. Успехи и проблемы развития социалистического Китая на современном этапе.	
	Практическое занятие. Кубинская революция.	1
	Самостоятельная работа	
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Страны Латинской Америки»	1
Тема 14.5. Международные отношения. Развитие культуры.	Содержание учебного материала	2
	Международные отношения. Международные конфликты и кризисы в 1950 — 1960-е годы. Борьба сверхдержав — СССР и США. Суэцкий кризис. Берлинский кризис. Карибский кризис — порог ядерной войны. Война США во Вьетнаме. Ближневосточный конфликт. Образование государства Израиль. Арабо-израильские войны. Палестинская проблема. Достижение примерного военно-стратегического паритета СССР и США. Разрядка международной напряженности в 1970-е годы. Хельсинкское совещание по безопасности и сотрудничеству в Европе. Введение ограниченного контингента советских войск в Афганистан. Кризис разрядки. Новое политическое мышление. Конец двухполярного мира и превращение США в единственную сверхдержаву. Расширение НАТО на Восток. Войны США и их союзников в Афганистане, Ираке, вмешательство в события в Ливии, Сирии. Многополярный мир, его основные центры. Развитие культуры. Крупнейшие научные открытия второй половины XX — начала XXI века. Освоение космоса. Новые черты культуры. Произведения о войне немецких писателей. Реалистические и модернистские направления в искусстве. Экзистенциализм. Театр абсурда. Поп-арт и его черты. Развитие кинематографа. Итальянский неореализм. Развлекательный кинематограф Голливуда. Звезды экрана. Появление рок-музыки. Массовая культура. Индустрия развлечений. Постмодернизм — стирание грани между элитарной и массовой культурой. Глобализация и национальные культуры.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Разрядка международной напряженности в 1970-е годы.	1
	Практическое занятие. Глобализация и национальные культуры в конце XX — начале XXI века.	
	Самостоятельная работа	-

Раздел 15. Апогей и кризис советской системы. 1945 — 1991 годы.		16
Тема 15.1. СССР в послевоенные годы.	Содержание учебного материала	2
	СССР в послевоенные годы. Укрепление статуса СССР как великой мировой державы. Начало «холодной войны». Атомная монополия США; создание атомного оружия и средств его доставки в СССР. Конверсия, возрождение и развитие промышленности. Положение в сельском хозяйстве. Голод 1946 года. Послевоенное общество, духовный подъем людей. Противоречия социально-политического развития. Усиление роли государства во всех сферах жизни общества. Власть и общество. Репрессии. Идеология и культура в послевоенный период; идеологические кампании и научные дискуссии 1940-х годов.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Послевоенное советское общество, духовный подъем людей.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 15.2. СССР в 1950-х — начале 1960-х годов.	Содержание учебного материала	2
	СССР в 1950-х — начале 1960-х годов. Перемены после смерти И.В. Сталина. Борьба за власть, победа Н.С. Хрущева. XX съезд КПСС и его значение. Начало реабилитации жертв политических репрессий. Основные направления реформирования советской экономики и его результаты. Достижения в промышленности. Ситуация в сельском хозяйстве. Освоение целины. Курс на строительство коммунизма. Социальная политика; жилищное строительство. Усиление негативных явлений в экономике. Выступления населения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. XX съезд КПСС и его значение.	1
	Самостоятельная работа	-
Тема 15.3. СССР во второй половине 1960-х — начале 1980-х годов.	Содержание учебного материала	3
	СССР во второй половине 1960-х — начале 1980-х годов. Противоречия внутривнутриполитического курса Н.С. Хрущева. Причины отставки Н.С. Хрущева. Л.И. Брежнев. Концепция развитого социализма. Власть и общество. Усиление позиций партийно-государственной номенклатуры. Конституция СССР 1977 года. Преобразования в сельском хозяйстве. Экономическая реформа 1965 года: задачи и результаты. Достижения и проблемы в развитии науки и техники. Нарастание негативных тенденций в экономике. Застой. Теневая экономика. Усиление идеологического контроля в различных сферах культуры. Инакомыслие, диссиденты. Социальная политика, рост благосостояния населения. Причины усиления недовольства. СССР в системе международных отношений. Установление военно-стратегического паритета между СССР и США. Переход к политике разрядки международной напряженности. Участие СССР в военных действиях в	2

	Афганистане.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Экономическая реформа 1965 года в СССР: задачи и результаты.	1
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «СССР во второй половине 1960-х — начале 1980-х годов»	2
Тема 15.4. СССР в годы перестройки.	Содержание учебного материала	3
	СССР в годы перестройки. Предпосылки перемен. М.С. Горбачев. Политика ускорения и ее неудача. Причины нарастания проблем в экономике. Экономические реформы, их результаты. Разработка проектов приватизации и перехода к рынку. Реформы политической системы. Изменение государственного устройства СССР. Национальная политика и межнациональные отношения. Национальные движения в союзных республиках. Политика гласности и ее последствия. Изменения в общественном сознании. Власть и церковь в годы перестройки. Нарастание экономического кризиса и обострение межнациональных противоречий. Образование политических партий и движений. Августовские события 1991 года. Распад СССР. Образование СНГ. Причины и последствия кризиса советской системы и распада СССР.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Политика гласности в СССР и ее последствия.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «СССР в годы перестройки»	1
Тема 15.5. Развитие советской культуры (1945 — 1991 годы).	Содержание учебного материала	2
	Развитие советской культуры (1945 — 1991 годы). Развитие культуры в послевоенные годы. Произведения о прошедшей войне и послевоенной жизни. Советская культура в конце 1950-х — 1960-е годы. Новые тенденции в художественной жизни страны. «Оттепель» в литературе, молодые поэты 1960-х годов. Театр, его общественное звучание. Власть и творческая интеллигенция. Советская культура в середине 1960 — 1980-х годов. Достижения и противоречия художественной культуры. Культура в годы перестройки. Публикация запрещенных ранее произведений, показ кинофильмов. Острые темы в литературе, публицистике, произведениях кинематографа. Развитие науки и техники в СССР. Научно-техническая революция. Успехи советской космонавтики (С.П. Королев, Ю.А. Гагарин). Развитие образования в СССР. Введение обязательного восьмилетнего, затем обязательного среднего образования. Рост числа вузов и студентов.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Успехи советской космонавтики.	1
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Развитие советской культуры (1945 — 1991 годы)»	1

Раздел 16. Российская Федерация на рубеже XX— XXI веков.		6
Тема 16.1. Формирование российской государственности.	Содержание учебного материала	8
	Формирование российской государственности. Изменения в системе власти. Б.Н. Ельцин. Политический кризис осени 1993 года. Принятие Конституции России 1993 года. Экономические реформы 1990-х годов: основные этапы и результаты. Трудности и противоречия перехода к рыночной экономике. Основные направления национальной политики: успехи и просчеты. Нарастание противоречий между центром и регионами. Военно-политический кризис в Чечне. Отставка Б.Н. Ельцина.	1
	Деятельность Президента России В.В. Путина: курс на продолжение реформ, стабилизацию положения в стране, сохранение целостности России, укрепление государственности, обеспечение гражданского согласия и единства общества. Новые государственные символы России. Развитие экономики и социальной сферы в начале XXI века.	1
	Роль государства в экономике. Приоритетные национальные проекты и федеральные программы. Политические лидеры и общественные деятели современной России. Президентские выборы 2008 года.	1
	Президент России Д.А. Медведев. Государственная политика в условиях экономического кризиса, начавшегося в 2008 году. Президентские выборы 2012 года. Разработка и реализация планов дальнейшего развития России. Геополитическое положение и внешняя политика России в 1990-е годы.	
	Россия и Запад. Балканский кризис 1999 года. Отношения со странами СНГ. Восточное направление внешней политики. Разработка новой внешнеполитической стратегии в начале XXI века. Укрепление международного престижа России. Решение задач борьбы с терроризмом. Российская Федерация в системе современных международных отношений.	1
	Политический кризис на Украине и воссоединение Крыма с Россией. Культура и духовная жизнь общества в конце XX — начале XXI века. Распространение информационных технологий в различных сферах жизни общества. Многообразие стилей художественной культуры. Достижения и противоречия культурного развития.	
	В том числе, практических занятий	2
	Практическое занятие. Экономические реформы 1990-х годов в России: основные этапы и результаты. Политический кризис на Украине и воссоединение Крыма с Россией.	2
	Самостоятельная работа	2
Подготовка доклада, сообщения по теме «Формирование российской государственности»		2
Консультации		16
Промежуточная аттестация		-

Bcero:	234

33. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Мединский, В. Р. История. История России. 1914—1945 годы : 10-й класс : базовый уровень : учебник / В. Р. Мединский, А. В. Торкунов. — 4-е изд., обновл. — Москва : Просвещение, 2025. — 496 с. — ISBN 978-5-09-121218-1. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497693>

2. Мединский, В. Р. История. Всеобщая история. 1945 год — начало XXI века : 11-й класс : базовый уровень : учебник / В. Р. Мединский, А. О. Чубарьян. — 4-е изд., обновл. — Москва : Просвещение, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-09-121220-4. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497690>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Мединский, В. Р. История. Всеобщая история. 1914—1945 годы : 10-й класс : базовый уровень : учебник / В. Р. Мединский, А. О. Чубарьян. — 4-е изд., обновл. — Москва : Просвещение, 2025. — 239 с. — ISBN 978-5-09-121219-8. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497681>
6. Мединский, В. Р. История. Всеобщая история. 1945 год — начало XXI века : 11-й класс : базовый уровень : учебник / В. Р. Мединский, А. О. Чубарьян. — 4-е изд., обновл. —

Москва : Просвещение, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-09-121220-4. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497690>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности

		компетенций, имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	175
в т.ч. в форме практической подготовки	117
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	117
лекции	-
лабораторно-практические занятия	117
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	-
Самостоятельная работа	58
Промежуточная аттестация Форма аттестации –зачет с оценкой в 1,2 семестрах.	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Раздел 1. Учебно-методические занятия.		25
Тема 1.1. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Содержание учебного материала	25
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	25
	Практическое занятие. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов.	2
	Практическое занятие. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов.	2
	Практическое занятие. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.	2
	Практическое занятие. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.	2
	Практическое занятие. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.	2
	Практическое занятие. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.	2
	Практическое занятие. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Физические упражнения для коррекции зрения.	2
	Практическое занятие. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности студентов.	2
	Практическое занятие. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста. Спортограмма и профессиограмма.	2
	Практическое занятие. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.	2

	Практическое занятие. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру).	2
	Практическое занятие. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.	2
	Практическое занятие. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.	1
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья»	10
Раздел 2. Учебно-тренировочные занятия.		92
Тема 2.1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.	Содержание учебного материала	26
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	26
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	1
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Легкая атлетика.	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м.	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: эстафетный бег 4100 м, 4400 м.	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: бег по прямой с различной скоростью.	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», «перекидной».	2
	Практическое занятие. Кроссовая подготовка: метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.	1
	Самостоятельная работа	15

	Подготовка доклада, сообщения по теме «Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья»	15
Тема 2.2. Лыжная подготовка.	Содержание учебного материала	8
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Лыжная подготовка: переход с одновременных лыжных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом.	2
	Практическое занятие. Лыжная подготовка: переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.	2
	Практическое занятие. Лыжная подготовка: элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши). Правила соревнований.	2
	Практическое занятие. Лыжная подготовка: прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши). Основные элементы тактики в лыжных гонках.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Лыжная подготовка»	8
Тема 2.3. Гимнастика.	Содержание учебного материала	10
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие. Гимнастика: Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки).	2
	Практическое занятие. Гимнастика: упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки).	2
	Практическое занятие. Гимнастика: упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки).	2
	Практическое занятие. Гимнастика: упражнения для коррекции зрения.	2
	Практическое занятие. Гимнастика: комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Гимнастика»	8
Тема 2.4. Спортивные игры.	Содержание учебного материала	28
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	28

	Практическое занятие. Волейбол: исходное положение (стойки), перемещения. Правила игры. Техника безопасности игры.	2
	Практическое занятие. Волейбол: передача, подача, нападающий удар.	2
	Практическое занятие. Волейбол: прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину.	2
	Практическое занятие. Волейбол: прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди – животе, блокирование.	2
	Практическое занятие. Волейбол: тактика нападения. Игра по упрощенным правилам волейбола.	2
	Практическое занятие. Волейбол: тактика защиты. Игра по правилам.	2
	Практическое занятие. Баскетбол: ловля и передача мяча. Правила игры. Техника безопасности игры.	2
	Практическое занятие. Баскетбол: ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком).	2
	Практическое занятие. Баскетбол: вырывание и выбивание (приемы овладения мячом).	2
	Практическое занятие. Баскетбол: прием техники защита – перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание.	2
	Практическое занятие. Баскетбол: тактика нападения. Игра по упрощенным правилам баскетбола.	2
	Практическое занятие. Баскетбол: тактика защиты. Игра по правилам.	2
	Практическое занятие. Футбол: удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения. Правила игры. Техника безопасности игры.	2
	Практическое занятие. Футбол: техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Спортивные игры»	8
Тема 2.5. Виды спорта по выбору.	Содержание учебного материала	20
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	20
	Практическое занятие. Ритмическая гимнастика.	2
	Практическое занятие. Ритмическая гимнастика	2
	Практическое занятие. Ритмическая гимнастика	2
	Практическое занятие. Ритмическая гимнастика	2
	Практическое занятие. Ритмическая гимнастика	2

	Практическое занятие. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	2
	Практическое занятие. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	2
	Практическое занятие. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	2
	Практическое занятие. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	2
	Практическое занятие. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	2
	Самостоятельная работа	9
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Виды спорта по выбору»	9
Консультации		-
Промежуточная аттестация		-
Всего:		175

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал: спортивный инвентарь по игровым видам; гимнастическое оборудование (перекладина, брусья, канат подвесной, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик деревянный, маты гимнастические, мяч набивной, скамейка гимнастическая, канат для перетягивания, скакалки, обручи); легкоатлетический инвентарь (флажки судейские, гранаты учебные, эстафетные палочки, секундомер); оборудование и инвентарь для спортивных игр (шашки, насос механический, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, сетки волейбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, мячи футбольные, иглы для мячей, столы для настольного тенниса, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса); видеоаппаратура, аудиоаппаратура.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Лях, В. И. Физическая культура : базовый уровень : учебник / В. И. Лях. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 287 с. — ISBN 978-5-09-121618-9. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/473024>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 10—11-е классы : учебник / Г. И. Погадаев ; под редакцией И. Акинфеева. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 109 с. — ISBN 978-5-09-114832-9. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/408731>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 8 нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 7 нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 6
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он выполняет 6

		нормативов из 8 видов испытаний, обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: число ошибок и недочетов в нормативах превосходит норму, при которой может быть выставлена оценка «удовлетворительно», или если правильно выполнено менее половины нормативов, он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Сновидова М.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	ОСамостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	105
в т.ч. в форме практической подготовки	30
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	74
лекции	40
лабораторно-практические занятия	30
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	31
Промежуточная аттестация Форма аттестации –зачет с оценкой в 1 семестре	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	1
	Актуальность, цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальности.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.		15
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	1
	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Содержание учебного материала	3
	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Факторы, способствующие укреплению здоровья. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека»	2
Тема 1.3. Вредные	Содержание учебного материала	1

привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.4. Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения.	Содержание учебного материала	3
	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения»	2
Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала	1
	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.6. Правовые основы взаимоотношения полов.	Содержание учебного материала	1
	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.7. Опасности современных молодежных хобби.	Содержание учебного материала	1
	Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 2. Государственная система обеспечения		30

безопасности населения.		
Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	3
	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»	2
Тема 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	Содержание учебного материала	3
	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Оработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания»	2
Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала	1
	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	Содержание учебного материала	1
	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Содержание учебного материала	3
	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение первичных средств пожаротушения.	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Современные средства поражения и их поражающие факторы»	3
Тема 2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Содержание учебного материала	5
	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2
	Практическое занятие. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»	3
Тема 2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала	1
	Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала	1
	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.9. Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.	Содержание учебного материала	1
	Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-

Тема 2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	Содержание учебного материала	1
	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.		30
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала	1
	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV – XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала	1
	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-

Тема 3.3. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Призыв на военную службу.	Содержание учебного материала	1
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.4. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	Содержание учебного материала	1
	Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.5. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	Содержание учебного материала	5
	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и	1

	законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2
	Практическое занятие. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Качества личности военнослужащего как защитника Отечества»	4
Тема 3.6. Воинская дисциплина и ответственность.	Содержание учебного материала	1
	Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.7. Военно-профессиональная деятельность.	Самостоятельная работа	-
	Содержание учебного материала	1
	Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.8. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Самостоятельная работа	-
	Содержание учебного материала	1
	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.9. Ритуалы	Самостоятельная работа	-
	Содержание учебного материала	1

Вооруженных Сил Российской Федерации.	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.10. Элементы начальной военной подготовки.	Содержание учебного материала	7
	Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2
	Практическое занятие. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2
	Практическое занятие. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Элементы начальной военной подготовки»	6
Раздел 4. Основы медицинских знаний.		
Тема 4.1. Понятие первой помощи.	Содержание учебного материала	1
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.2. Понятие травм и их виды.	Содержание учебного материала	1
	Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-

	Самостоятельная работа	-
Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	Содержание учебного материала	1
	Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений.	Содержание учебного материала	5
	Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2
	Практическое занятие. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Понятие и виды кровотечений»	4
Тема 4.5. Первая помощь при ожогах.	Содержание учебного материала	1
	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.6. Первая помощь при воздействии низких температур.	Содержание учебного материала	1
	Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	Содержание учебного материала	3
	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2
	Самостоятельная работа	3

	Подготовка доклада, сообщения по теме «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути»	3
Тема 4.8. Первая помощь при отравлениях.	Содержание учебного материала	1
	Острое и хроническое отравление.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.9. Первая помощь при отсутствии сознания.	Содержание учебного материала	1
	Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Содержание учебного материала	1
	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.	Содержание учебного материала	2
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Консультации		4
Промежуточная аттестация		-
Всего:		105

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); противогазы; респиратор; ватно-марлевые повязки; ОЗК; средства для оказания первой медицинской помощи (носилки, шины, бинты, жгуты); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. С. Шойгу, О. В. Белинская, В. К. Ащанов [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 1 — 2025. — 224 с. — ISBN 978-5-09-121356-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472982>

2. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. С. Шойгу, Е. Н. Байбарина, В. А. Зуев [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 2 — 2025. — 252 с. — ISBN 978-5-09-121357-7. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472985>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Лыняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472979>
6. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Лыняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. —

3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. —
Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/473060>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задания открытого типа с развернутым ответом 1-2.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.08 АСТРОНОМИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Первушкина Д.А., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Астрономия» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Астрономия» направлено на достижение следующих целей:

- понимания принципиальной роли астрономии в познании фундаментальных законов природы и современной естественно-научной картины мира;
- знаний о физической природе небесных тел и систем, строения и эволюции Вселенной, пространственных и временных масштабах Вселенной, наиболее важных астрономических открытиях, определивших развитие науки и техники;
- умений объяснять видимое положение и движение небесных тел принципами определения местоположения и времен по астрономическим объектам, навыками практического использования компьютерных приложений для определения вида звездного неба в конкретном пункте для заданного времени;
- познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе приобретения знаний по астрономии с использованием различных источников информации и современных образовательных технологий;
- умения применять приобретенные знания для решения практических задач повседневной жизни;
- научного мировоззрения;
- навыков использования естественно-научных, особенно физико-математических знаний для объективного анализа устройства окружающего мира на примере достижений современной астрофизики, астрономии и космонавтики.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	54
в т.ч. в форме практической подготовки	8
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	40
лекции	28
лабораторно-практические занятия	8
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	14
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой во 2 семестре.	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Астрономия, ее связь с другими науками. Роль астрономии в развитии цивилизации. Структура и масштабы Вселенной. Особенности астрономических методов исследования. Наземные и космические телескопы, принцип их работы. Всеволновая астрономия: электромагнитное излучение как источник информации о небесных телах. Практическое применение астрономических исследований. История развития отечественной космонавтики. Первый искусственный спутник Земли, полет Ю.А. Гагарина. Достижения современной космонавтики.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. История развития астрономии.		12
Тема 1.1. Астрономия Аристотеля.	Содержание учебного материала	2
	Астрономия Аристотеля как «наиболее физическая из математических наук». Космология Аристотеля. Гиппарх Никейский: первые математические теории видимого движения Солнца и Луны и теории затмений. Птолемей (астрономия как «математическое изучение неба»). Создание первой универсальной математической модели мира на основе принципа геоцентризма.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Звездное небо.	Содержание учебного материала	2
	Звездное небо (изменение видов звездного неба в течение суток, года). Летоисчисление и его точность (солнечный и лунный, юлианский и григорианский календари, проекты новых календарей).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.3. Оптическая астрономия.	Содержание учебного материала	1
	Оптическая астрономия (цивилизационный запрос, телескопы: виды, характеристики, назначение).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-

Тема 1.4. Изучение околоземного пространства.	Содержание учебного материала	1
	Изучение околоземного пространства (история советской космонавтики, современные методы изучения ближнего космоса).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.5. Астрономия дальнего космоса.	Содержание учебного материала	4
	Астрономия дальнего космоса (волновая астрономия, наземные и орбитальные телескопы, современные методы изучения дальнего космоса).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Посещение раздела «Космос» и описание новых достижений в этой области с помощью картографического сервиса (Google Maps и др.).	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка доклада, сообщения на тему «Астрономия дальнего космоса»	2
Раздел 2. Устройство Солнечной системы.		18
Тема 2.1. Система «Земля — Луна».	Содержание учебного материала	2
	Система «Земля — Луна» (основные движения Земли, форма Земли, Луна — спутник Земли, солнечные и лунные затмения). Природа Луны (физические условия на Луне, поверхность Луны, лунные породы).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.2. Планеты земной группы.	Содержание учебного материала	2
	Планеты земной группы (Меркурий, Венера, Земля, Марс; общая характеристика атмосферы, поверхности).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.3. Планеты-гиганты.	Содержание учебного материала	1
	Планеты-гиганты (Юпитер, Сатурн, Уран, Нептун; общая характеристика, особенности строения, спутники, кольца).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения на тему «Планеты-гиганты»	3
Тема 2.4. Астероиды и метеориты.	Содержание учебного материала	1
	Астероиды и метеориты. Закономерность в расстояниях планет от Солнца. Орбиты астероидов. Два пояса астероидов: Главный пояс (между орбитами Марса и Юпитера) и пояс Койпер (за	1

	пределами орбиты Нептуна; Плутон — один из крупнейших астероидов этого пояса). Физические характеристики астероидов. Метеориты.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.5. Кометы и метеоры.	Содержание учебного материала	1
	Кометы и метеоры (открытие комет, вид, строение, орбиты, природа комет, метеоры и болиды, метеорные потоки). Понятие об астероидно-кометной опасности.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.6. Исследования Солнечной системы.	Содержание учебного материала	5
	Исследования Солнечной системы. Межпланетные космические аппараты, используемые для исследования планет. Новые научные исследования Солнечной системы.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Описание особенностей одной из планет Солнечной системы используя сервис Google Maps.	2
	Практическое занятие. Описание устройства и назначения международной космической станции используя сервис Google Maps.	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Исследования Солнечной системы»	3
Раздел 3. Строение и эволюция Вселенной.		17
Тема 3.1. Расстояние до звезд.	Содержание учебного материала	2
	Расстояние до звезд (определение расстояний по годичным параллаксам, видимые и абсолютные звездные величины). Пространственные скорости звезд (собственные движения и тангенциальные скорости звезд, эффект Доплера и определение лучевых скоростей звезд).	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.2. Физическая природа звезд.	Содержание учебного материала	1
	Физическая природа звезд (цвет, температура, спектры и химический состав, светимости, радиусы, массы, средние плотности). Связь между физическими характеристиками звезд (диаграмма «спектр — светимость», соотношение «масса — светимость», вращение звезд различных спектральных классов).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 3.3. Двойные	Содержание учебного материала	1

звезды.		Двойные звезды (оптические и физические двойные звезды, определенных масс звезды из наблюдений двойных звезд, невидимые спутники звезд).	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 3.4. Открытие экзопланет.		Содержание учебного материала	1
		Открытие экзопланет — планет, движущихся вокруг звезд. Физические переменные, новые и сверхновые звезды (цефеиды, другие физические переменные звезды, новые и сверхновые).	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 3.5. Наша Галактика.		Содержание учебного материала	1
		Наша Галактика (состав — звезды и звездные скопления, туманности, межзвездный газ, космические лучи и магнитные поля). Строение Галактики, вращение Галактики и движение звезд в ней. Сверхмассивная черная дыра в центре Галактики. Радиоизлучение Галактики. Загадочные гамма-всплески. Другие галактики (открытие других галактик, определение размеров, расстояний и масс галактик; многообразие галактик, радиогалактики и активность ядер галактик, квазары сверхмассивные черные дыры в ядрах галактик).	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	3
		Подготовка доклада, сообщения по теме «Наша Галактика»	3
Тема 3.6. Метагалактика.		Содержание учебного материала	1
		Метагалактика (системы галактик и крупномасштабная структура Вселенной, расширение Метагалактики, гипотеза «горячей Вселенной», космологические модели Вселенной, открытие ускоренного расширения Метагалактики).	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 3.7. Происхождение и эволюция звезд.		Содержание учебного материала	1
		Происхождение и эволюция звезд. Возраст галактик и звезд.	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 3.8. Происхождение планет.		Содержание учебного материала	1
		Происхождение планет (возраст Земли и других тел Солнечной системы, основные закономерности в Солнечной системе, первые космогонические гипотезы, современные представления о происхождении планет).	1
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	-
Тема 3.9. Жизнь и разум		Содержание учебного материала	3

во Вселенной.	Жизнь и разум во Вселенной (эволюция Вселенной и жизнь, проблема внеземных цивилизаций).	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Решение проблемных заданий, кейсов по разделу «Строение и эволюция вселенной».	2
	Самостоятельная работа	3
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Жизнь и разум во Вселенной»	3
Консультации		4
Промежуточная аттестация		-
Всего:		54

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); амперметры лабораторные; вольтметры лабораторные; катушки индуктивности лабораторные; моток проволоочный; постоянные магниты лабораторные; полосовые магниты демонстрационные; катушка дроссельная; амперметр демонстрационный; вольтметр демонстрационный; комплект проводов соединительных; выключатель 1 полюсный лабораторный; калориметр; лампочка на подставке; мультиметр; набор пружин; набор резисторов на панели; реостаты; спектроскоп; стрелки магнитные на штативе; гальванометр демонстрационный; маятник электростатических пар; миллиамперметр лабораторный; переключатель двухполюсно демонстрационный; переключатель однополюсно демонстрационный; портреты физиков; прибор для демонстрации правила левца; стрелки магнитные на штативе пара; штатив изолирующий; электрометры (пара); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Воронцов-Вельяминов, Б. А. Астрономия. 10-11 классы. Базовый уровень : учебник / Б. А. Воронцов-Вельяминов, Е.К. Страут. – 13-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 257 с. – ISBN 978-5-09-124904-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2201866>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Татарников, А. М. Астрономия. 10-11 классы. Сборник задач и упражнений / А. М. Татарников, О. С. Угольников, Е. Н. Фадеев. - 6-е изд. - Москва : Просвещение, 2024. - ISBN

978-5-09-115880-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2162595>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.09(У) БИОЛОГИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Миронова Т.Е., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Биология» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Биология» направлено на достижение следующих целей:

- получение фундаментальных знаний о биологических системах (Клетка, Организм, Популяция, Вид, Экосистема); истории развития современных представлений о живой природе, выдающихся открытиях в биологической науке; роли биологической науки в формировании современной естественно-научной картины мира; методах научного познания;
- овладение умениями логически мыслить, обосновывать место и роль биологических знаний в практической деятельности людей, развитии современных технологий; определять живые объекты в природе; проводить наблюдения за экосистемами с целью их описания и выявления естественных и антропогенных изменений; находить и анализировать информацию о живых объектах;
- развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей обучающихся в процессе изучения биологических явлений; выдающихся достижений биологии, вошедших в общечеловеческую культуру; сложных и противоречивых путей развития современных научных взглядов, идей, теорий, концепций, гипотез (о сущности и происхождении жизни, человека) в ходе работы с различными источниками информации;
- воспитание убежденности в необходимости познания живой природы, необходимости рационального природопользования, бережного отношения к природным ресурсам и окружающей среде, собственному здоровью; уважения к мнению оппонента при обсуждении биологических проблем;
- использование приобретенных биологических знаний и умений в повседневной жизни для оценки последствий своей деятельности (и деятельности других людей) по отношению к окружающей среде, здоровью других людей и собственному здоровью; обоснование и соблюдение мер профилактики заболеваний, оказание первой помощи при травмах, соблюдение правил поведения в природе.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	234
в т.ч. в форме практической подготовки	54
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	180
лекции	102
лабораторно-практические занятия	54
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	10
консультации	14
Самостоятельная работа	64
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Объект изучения биологии — живая природа. Признаки живых организмов и их многообразие. Уровневая организация живой природы и эволюция. Методы познания живой природы. Общие закономерности биологии. Роль биологии в формировании современной естественно-научной картины мира и практической деятельности людей. Значение биологии при освоении специальностей среднего профессионального образования.	2
Раздел 1. Учение о клетке.		22
Тема 1.1. Химическая организация клетки.	Содержание учебного материала	4
	Клетка — элементарная живая система и основная структурно-функциональная единица всех живых организмов. Краткая история изучения клетки.	2
	Химическая организация клетки. Органические и неорганические вещества клетки и живых организмов. Белки, углеводы, липиды, нуклеиновые кислоты и их роль в клетке.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Витамины, ферменты, гормоны и их роль в организме. Нарушения при их недостатке и избытке».	2
Тема 1.2. Строение и функции клетки.	Содержание учебного материала	8
	Прокариотические и эукариотические клетки. Вирусы как неклеточная форма жизни и их значение.	2
	Борьба с вирусными заболеваниями (СПИД и др.) Цитоплазма и клеточная мембрана. Органоиды клетки.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Лабораторное занятие. Наблюдение клеток растений и животных под микроскопом на готовых микропрепаратах, их описание.	2
	Лабораторное занятие. Приготовление и описание микропрепаратов клеток растений.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Клеточная теория строения организмов. История и современное состояние». Составление таблицы «Строение и функции органоидов клетки».	6

	Подготовить сообщения по теме: «Профилактика СПИДа». «Особенности строения вирусов».	
Тема 1.3. Обмен веществ и превращение энергии в клетке.	Содержание учебного материала	4
	Обмен веществ и превращение энергии в клетке. Пластический и энергетический обмен.	2
	Строение и функции хромосом. ДНК — носитель наследственной информации. Репликация ДНК. Ген. Генетический код. Биосинтез белка.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Составление схемы энергетического и пластического обмена. Составление схем биосинтеза белка.	2
Тема 1.4. Жизненный цикл клетки.	Содержание учебного материала	4
	Клетки и их разнообразие в многоклеточном организме. Дифференцировка клеток. Клеточная теория строения организмов.	2
	Митоз. Цитокинез.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Сравнение строения клеток растений и животных по готовым микропрепаратам.	2
	Самостоятельная работа	2
	Составление схемы митоза.	2
Раздел 2. Организм. Размножение и индивидуальное развитие организма.		22
Тема 2.1. Размножение организмов.	Содержание учебного материала	6
	Организм — единое целое. Многообразие организмов.	2
	Размножение — важнейшее свойство живых организмов. Половое и бесполое размножение.	2
	Мейоз. Образование половых клеток и оплодотворение.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Составление схемы мейоза. Подготовить презентации по теме: «Многообразие организмов».	2
Тема 2.2. Индивидуальное развитие организма.	Содержание учебного материала	12
	Эмбриональный этап онтогенеза. Основные стадии эмбрионального развития. Органогенез. Постэмбриональное развитие.	2
	Сходство зародышей представителей разных групп позвоночных как свидетельство их эволюционного родства.	2
	Причины нарушений в развитии организмов.	2

		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
		Лабораторное занятие. Выявление и описание признаков сходства зародышей человека и других позвоночных как доказательство их эволюционного родства.	2
		Лабораторное занятие. Выявление и описание признаков сходства зародышей человека и других позвоночных как доказательство их эволюционного родства.	2
		Лабораторное занятие. Выявление и описание признаков сходства зародышей человека и других позвоночных как доказательство их эволюционного родства.	2
		Самостоятельная работа	2
		Составление схемы эмбриогенеза.	2
Тема 2.3. Индивидуальное развитие человека.		Содержание учебного материала	4
		Репродуктивное здоровье.	2
		Последствия влияния алкоголя, никотина, наркотических веществ, загрязнения среды на развитие человека.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	4
		Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Влияние курения, употребления алкоголя и наркотиков родителями на эмбриональное развитие ребенка».	4
		Подготовить презентации по теме: «Последствия влияния алкоголя, никотина, наркотических веществ, загрязнения среды на развитие человека».	
Раздел 3. Основы генетики и селекции.		42	
Тема 3.1. Основы учения о наследственности и изменчивости.		Содержание учебного материала	16
		Основы учения о наследственности и изменчивости. Генетика — наука о закономерностях наследственности и изменчивости организмов. Г. Мендель — основоположник генетики. Генетическая терминология и символика.	2
		Законы генетики, установленные Г. Менделем. Моногибридное и дигибридное скрещивание. Хромосомная теория наследственности.	2
		Взаимодействие генов. Генетика пола. Сцепленное с полом наследование. Значение генетики для селекции и медицины.	2
		Наследственные болезни человека, их причины и профилактика.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10
		Практическое занятие. Составление простейших схем моногибридного и дигибридного скрещивания.	2
		Практическое занятие. Составление простейших схем моногибридного и дигибридного скрещивания.	2
		Практическое занятие. Решение генетических задач.	2

Тема Закономерности изменчивости.	3.2.	Практическое занятие. Решение генетических задач.	2
		Практическое занятие. Решение генетических задач.	2
		Самостоятельная работа	2
		Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Драматические страницы в истории развития генетики». «Наследственная информация и передача ее из поколения в поколение».	2
		Содержание учебного материала	16
		Закономерности изменчивости. Наследственная, или генотипическая, изменчивость. Модификационная, или ненаследственная, изменчивость.	2
		Генетика человека.	2
		Генетика и медицина. Материальные основы наследственности и изменчивости.	2
		Генетика и эволюционная теория. Генетика популяций.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
		Практическое занятие. Анализ фенотипической изменчивости.	2
		Практическое занятие. Анализ фенотипической изменчивости.	2
		Практическое занятие. Выявление мутагенов в окружающей среде и косвенная оценка возможного их влияния на организм.	2
Тема 3.3. Основы селекции растений, животных и микроорганизмов.		Практическое занятие. Выявление мутагенов в окружающей среде и косвенная оценка возможного их влияния на организм.	2
		Самостоятельная работа	6
		Подготовить презентации по теме: «Генетика как наука, методы генетики. Г. Мендель – основоположник генетики». «Биологическая роль изменчивости».	6
		Составление схем скрещивания.	
		Подготовить сообщения по теме: «Успехи современной генетики в медицине и здравоохранении».	
		Содержание учебного материала	12
		Генетика — теоретическая основа селекции. Одомашнивание животных и выращивание культурных растений — начальные этапы селекции.	2
		Учение Н.И. Вавилова о центрах многообразия и происхождения культурных растений. Основные методы селекции: гибридизация и искусственный отбор.	2
		Основные достижения современной селекции культурных растений, домашних животных и микроорганизмов.	2
		Биотехнология, ее достижения и перспективы развития. Этические аспекты некоторых достижений в биотехнологии. Клонирование животных (проблемы клонирования человека).	2
		Самостоятельная работа	4
		Подготовить сообщения по теме: «Центры многообразия и происхождения домашних животных и культурных растений», «Работы Н.И. Вавилова». «Практическое применение достижений биотехнологии».	4

Раздел	4.		28
Происхождение и развитие жизни на земле. Эволюционное учение.			
Тема	4.1.	Содержание учебного материала	10
Происхождение и начальные этапы развития жизни на Земле.		Гипотезы происхождения жизни.	2
		Изучение основных закономерностей возникновения, развития и существования жизни на Земле.	2
		Усложнение живых организмов в процессе эволюции.	2
		Многообразие живого мира на Земле и современная его организация.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Анализ и оценка различных гипотез происхождения жизни.	2
		Самостоятельная работа	2
		Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Современные представления о зарождении жизни. Рассмотрение и оценка различных гипотез происхождения».	2
Тема	4.2.	Содержание учебного материала	6
История развития эволюционных идей.		Значение работ К. Линнея, Ж.Б. Ламарка в развитии эволюционных идей в биологии.	2
		Эволюционное учение Ч. Дарвина. Естественный отбор.	2
		Роль эволюционного учения в формировании современной естественно-научной картины мира.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	2
		Подготовить рефераты (доклады) по теме: «История развития эволюционных идей до Ч. Дарвина». «Система природы» К. Линнея и ее значение для развития биологии». «Современные представления о механизмах и закономерностях эволюции».	2
Тема	4.3.	Содержание учебного материала	12
Микроэволюция и макроэволюция.		Концепция вида, его критерии. Популяция структурная единица вида и эволюции. Движущие силы эволюции. Синтетическая теория эволюции.	2
		Микроэволюция. Современные представления о видообразовании (С.С. Четвериков, И.И. Шмальгаузен).	2
		Макроэволюция. Доказательства эволюции. Сохранение биологического многообразия как основа устойчивости биосферы и прогрессивного ее развития. Причины вымирания видов.	2
		Основные направления эволюционного прогресса. Биологический прогресс и биологический регресс.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
		Практическое занятие. Описание особей одного вида по морфологическому критерию.	2

	Практическое занятие. Приспособление организмов к разным средам обитания (водной, наземно-воздушной, почвенной).	2
	Самостоятельная работа	4
	Изучение темы «Микроэволюция и макроэволюция». Подготовить презентации по теме: «Доказательства эволюции».	4
Раздел 5. Происхождение человека.		8
Тема 5.1. Антропогенез.	Содержание учебного материала	6
	Эволюция приматов. Современные гипотезы о происхождении человека. Доказательства родства человека с млекопитающими животными. Этапы эволюции человека.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Анализ и оценка различных гипотез о происхождении человека.	2
	Практическое занятие. Анализ и оценка различных гипотез о происхождении человека.	2
	Самостоятельная работа	2
	Изучение темы «Этапы эволюции человека». Составление схемы антропогенеза.	2
Тема 5.2. Человеческие расы.	Содержание учебного материала	2
	Человеческие расы. Родство и единство происхождения человеческих рас. Критика расизма.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	4
	Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Современный этап развития человечества. Человеческие расы. Опасность расизма».	4
Раздел 6. Основы экологии.		28
Тема 6.1. Экология — наука о взаимоотношениях организмов между собой и окружающей средой.	Содержание учебного материала	10
	Экологические факторы, их значение в жизни организмов. Экологические системы. Видовая и пространственная структура экосистем.	2
	Пищевые связи, круговорот веществ и превращение энергии в экосистемах. Межвидовые взаимоотношения в экосистеме: конкуренция, симбиоз, хищничество, паразитизм.	2
	Причины устойчивости и смены экосистем. Сукцессии. Искусственные сообщества — агроэкосистемы и урбоэкосистемы.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Описание антропогенных изменений в естественных природных ландшафтах своей местности.	2

	Лабораторное занятие. Сравнительное описание одной из естественных природных систем (например, леса) и какой-нибудь агроэкосистемы (например, пшеничного поля).	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Биоценозы (экосистемы) разного уровня и их соподчиненность в глобальной экосистеме – биосфере». «Видовое и экологическое разнообразие биоценоза как основа его устойчивости». «Повышение продуктивности фотосинтеза в искусственных экологических системах». «Различные экологические пирамиды и соотношения организмов на каждой их ступени». «Пути повышения биологической продуктивности в искусственных экосистемах». Подготовить сообщение по теме: «Межвидовые взаимоотношения в экосистеме». Составление схемы пищевых связей.	8
Тема 6.2. Биосфера — глобальная экосистема.	Содержание учебного материала	10
	Учение В.И. Вернадского о биосфере. Роль живых организмов в биосфере.	2
	Биомасса. Круговорот важнейших биогенных элементов (на примере углерода, азота и др.) в биосфере.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Составление схем передачи веществ и энергии по цепям питания в природной экосистеме и в агроценозе.	2
	Практическое занятие. Составление схем передачи веществ и энергии по цепям питания в природной экосистеме и в агроценозе.	2
	Практическое занятие. Описание и практическое создание искусственной экосистемы (пресноводный аквариум).	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовить сообщения по теме: «Теория В.И. Вернадского о ноосфере».	2
Тема 6.3. Биосфера и человек.	Содержание учебного материала	8
	Изменения в биосфере. Последствия деятельности человека в окружающей среде. Воздействие производственной деятельности на окружающую среду в области своей будущей профессии. Глобальные экологические проблемы и пути их решения.	2
	Экология как теоретическая основа рационального природопользования и охраны природы. Ноосфера. Правила поведения людей в окружающей природной среде. Бережное отношение к биологическим объектам (растениям и животным, и их сообществам) и их охрана.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Решение экологических задач.	2
	Практическое занятие. Решение экологических задач.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовить рефераты (доклады) по теме: «Воздействие человека на природу на различных этапах	6

	развития человеческого общества». «Влияние окружающей среды и ее загрязнения на развитие организмов». «Причины и границы устойчивости биосферы к воздействию деятельности людей». «Роль правительственных и общественных экологических организаций в современных развитых странах». «Рациональное использование и охрана невозобновляемых природных ресурсов (на конкретных примерах)». «Опасность глобальных нарушений в биосфере. Озоновые «дыры», кислотные дожди, смоги и их предотвращение». «Экологические кризисы и экологические катастрофы. Предотвращение их возникновения».	
Раздел 7. Бионика.		4
Тема 7.1. Бионика как одно из направлений биологии и кибернетики.	Содержание учебного материала	4
	Рассмотрение бионикой особенностей морфофизиологической организации живых организмов и их использования для создания совершенных технических систем и устройств по аналогии с живыми системами.	2
	Принципы и примеры использования в хозяйственной деятельности людей морфофункциональных черт организации растений и животных.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	4
	Изучение темы «Бионика – как одно из направлений биологии». Подготовить презентации по теме: «Бионика как новая отрасль науки», «Примеры использования бионики в хозяйственной деятельности человека».	4
Индивидуальный проект 1. Поиск проблемного поля, выбор темы и ее конкретизация. 2. Определение и анализ проблемы, постановка цели и задач проекта. 3. Сбор и анализ необходимой информации, определение типа проекта, определение плана работы над индивидуальным проектом. 4. Реализация запланированных шагов по работе над проектом, формулирование предложений по возможностям использования результатов проекта. 5. Защита индивидуального проекта.		10
Консультации		14
Промежуточная аттестация		-
Всего:		234

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); приборы общего назначения (микроскопы, лупы), принадлежности для опытов; коллекция образцов почвы; прибор для определения водных свойств почвы; почвенный бур; иономер универсальный; концентратомер; аналитприбор; дозиметр; аспиратор для отбора проб воздуха; измеритель нитратов; фотоколориметр; мини-экспресс лаборатория «Пчелка-У»; анемометр; газоанализатор; полярограф универсальный; комплект лаборатории «НКВ»; спектрофотометр; набор для фотоколориметрирования; рНметр; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Биология : 10-й класс : базовый уровень : учебник / В. В. Пасечник, А. А. Каменский, А. М. Рубцов [и др.] ; под редакцией В. В. Пасечника. — 6-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 223 с. — ISBN 978-5-09-112164-3. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/437336>

2. Биология: 11-й класс: базовый уровень : учебник / В. В. Пасечник, А. А. Каменский, А. М. Рубцов [и др.]. — 6-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 272 с. — ISBN 978-5-09-112165-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/409211>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Сивоглазов, В. И. Биология. Общая биология. 10 класс: базовый уровень : учебник / В. И. Сивоглазов, И. Б. Агафонова, Е. Т. Захарова. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение,

2022. — 256 с. — ISBN 978-5-09-087946-0. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/335087>

6. Сивоглазов, В. И. Биология: Общая биология. 11 кл.: базовый уровень : учебник / В. И. Сивоглазов, И. Б. Агафонова, Е. Т. Захарова. — 10-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 208 с. — ISBN 978-5-09-087948-4. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/335093>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания

		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач; «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.10 ХИМИЯ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Колчанова Л.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Химия» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Химия» направлено на достижение следующих целей:

- формирование у обучающихся умения оценивать значимость химического знания для каждого человека;
- формирование у обучающихся целостного представления о мире и роли химии в создании современной естественно-научной картины мира; умения объяснять объекты и процессы окружающей действительности: природной, социальной, культурной, технической среды, – используя для этого химические знания;
- развитие у обучающихся умений различать факты и оценки, сравнивать оценочные выводы, видеть их связь с критериями оценок и связь критериев с определенной системой ценностей, формулировать и обосновывать собственную позицию;
- приобретение обучающимися опыта разнообразной деятельности, познания и самопознания; ключевых навыков, имеющих универсальное значение для различных видов деятельности (навыков решения проблем, принятия решений, поиска, анализа и обработки информации, коммуникативных навыков, навыков измерений, сотрудничества, безопасного обращения с веществами в повседневной жизни).

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы учебной дисциплины, <i>из них:</i>	175
в т.ч. в форме практической подготовки	48
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	131
лекции	69
лабораторно-практические занятия	48
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	14
Самостоятельная работа	44
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1 семестре, экзамен во 2 семестре	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Научные методы познания веществ и химических явлений. Роль эксперимента и теории в химии. Значение химии при освоении специальности СПО.	2
Раздел 1. Органическая химия.		47
Тема 1.1. Предмет органической химии.	Содержание учебного материала	4
	Предмет органической химии. Теория строения органических соединений А.М. Бутлерова. Классификация органических соединений. Основы номенклатуры органических веществ. Типы химических связей в органических соединениях и способы их разрыва. Классификация реакций в органической химии. Современные представления о химическом строении органических веществ.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обнаружение углерода и водорода в органическом соединении. Обнаружение галогенов (проба Бейльштейна).	2
	Самостоятельная работа	2
	Изготовление моделей молекул – представителей различных классов органических соединений.	2
Тема 1.2. Предельные углеводороды.	Содержание учебного материала	4
	Гомологический ряд алканов. Понятие об углеводородах. Особенности строения предельных углеводородов. Алканы как представители предельных углеводородов. Электронное и пространственное строение молекулы метана и других алканов. Гомологический ряд и изомерия парафинов. Нормальное и разветвленное строение углеродной цепи. Номенклатура алканов и алкильных заместителей. Физические свойства алканов. Алканы в природе. Химические свойства алканов. Реакции S _R -типа: галогенирование (работы Н.Н. Семенова), нитрование по Коновалову. Механизм реакции хлорирования алканов. Реакции дегидрирования, горения, каталитического окисления алканов. Крекинг алканов, различные виды крекинга, применение в промышленности. Пиролиз и конверсия метана, изомеризация алканов. Применение и способы получения алканов. Области применения алканов. Промышленные способы получения алканов: получение из природных источников, крекинг парафинов, получение синтетического бензина, газификация угля, гидрирование алканов. Лабораторные способы получения алканов: синтез Вюрца, декарбоксилирование, гидролиз карбида алюминия.	2

		Циклоалканы. Гомологический ряд и номенклатура циклоалканов, их общая формула. Понятие о напряжении цикла. Изомерия циклоалканов: межклассовая, углеродного скелета, геометрическая. Получение и физические свойства циклоалканов. Химические свойства циклоалканов. Специфика свойств циклоалканов с малым размером цикла. Реакции присоединения и радикального замещения.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Лабораторное занятие. Получение метана и изучение его свойств: горения, отношения к бромной воде и раствору перманганата калия.	2
		Самостоятельная работа	2
		Изготовление моделей молекул алканов и галогеналканов. Изготовление парафинированной бумаги, испытание ее свойств: отношения к воде и жирам. Обнаружение воды, сажи, углекислого газа в продуктах горения свечи. Ознакомление со свойствами твердых парафинов: плавлением, растворимостью в воде и органических растворителях, химической инертностью (отсутствием взаимодействия с бромной водой, растворами перманганата калия, гидроксида натрия и серной кислоты).	2
Тема Этиленовые диеновые углеводороды.	1.3. и	Содержание учебного материала	4
		Гомологический ряд алкенов. Электронное и пространственное строение молекулы этилена и алкенов. Гомологический ряд и общая формула алкенов. Изомерия этиленовых углеводородов: межклассовая, углеродного скелета, положения кратной связи, геометрическая. Особенности номенклатуры этиленовых углеводородов, названия важнейших радикалов. Физические свойства алкенов. Химические свойства алкенов. Электрофильный характер реакций, склонность к реакциям присоединения, окисления, полимеризации. Правило Марковникова и его электронное обоснование. Реакции галогенирования, гидрогалогенирования, гидратации, гидрирования. Механизм A_E -реакций. Понятие о реакциях полимеризации. Горение алкенов. Реакции окисления в мягких и жестких условиях. Реакция Вагнера и ее значение для обнаружения непредельных углеводородов, получения гликолей. Применение и способы получения алкенов. Использование высокой реакционной способности алкенов в химической промышленности. Применение этилена и пропилена. Промышленные способы получения алкенов. Реакции дегидрирования и крекинга алкенов. Лабораторные способы получения алкенов. Алкадиены. Понятие и классификация диеновых углеводородов по взаимному расположению кратных связей в молекуле. Особенности электронного и пространственного строения сопряженных диенов. Понятие о π -электронной системе. Номенклатура диеновых углеводородов. Особенности химических свойств сопряженных диенов как следствие их электронного строения. Реакции 1,4-присоединения. Полимеризация диенов. Способы получения диеновых углеводородов: работы С.В. Лебедева, дегидрирование алканов. Основные понятия химии высокомолекулярных соединений (на примере продуктов полимеризации	2

		алкенов, алкадиенов и их галогенпроизводных). Мономер, полимер, реакция полимеризации, степень полимеризации, структурное звено. Типы полимерных цепей: линейные, разветвленные, сшитые. Понятие о стереорегулярных полимерах. Полимеры термопластичные и термореактивные. Представление о пластмассах и эластомерах. Полиэтилен высокого и низкого давления, его свойства и применение. Катализаторы Циглера – Натта. Полипропилен, его применение и свойства. Галогенсодержащие полимеры: тефлон, поливинилхлорид. Каучуки натуральный и синтетические. Сополимеры (бутадиенстирольный каучук). Вулканизация каучука, резина и эбонит.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Получение этилена дегидратацией этилового спирта. Взаимодействие этилена с бромной водой, раствором перманганата калия. Сравнение пламени этилена с пламенем предельных углеводородов (метана, пропан-бутановой смеси).	2
		Самостоятельная работа	2
		Особенности строения алкенов. Природный и синтетический каучуки, их применение. Обнаружение непредельных соединений в керосине, скипидаре. Ознакомление с образцами полиэтилена и полипропилена. Распознавание образцов алканов и алкенов.	2
Тема Ацетиленовые углеводороды.	1.4.	Содержание учебного материала	2
		Гомологический ряд алкинов. Электронное и пространственное строение ацетилена и других алкинов. Гомологический ряд и общая формула алкинов. Номенклатура ацетиленовых углеводородов. Изомерия межклассовая, углеродного скелета, положения кратной связи. Химические свойства и применение алкинов. Особенности реакций присоединения по тройной углерод-углеродной связи. Реакция Кучерова. Правило Марковникова применительно к ацетиленам. Подвижность атома водорода (кислотные свойства алкинов). Окисление алкинов. Реакция Зелинского. Применение ацетиленовых углеводородов. Поливинилацетат. Получение алкинов. Получение ацетилена пиролизом метана и карбидным методом.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	2
		Полиэтилен, его свойства и применение. Поливинилхлорид, его применение. Изготовление моделей молекул алкинов, их изомеров.	2
Тема Ароматические углеводороды.	1.5.	Содержание учебного материала	2
		Гомологический ряд аренов. Бензол как представитель аренов. Развитие представлений о строении бензола. Современные представления об электронном и пространственном строении бензола. Образование ароматической π -системы. Гомологи бензола, их номенклатура, общая формула. Номенклатура для дизамещенных производных бензола: орто, мета, пара расположение заместителей. Физические свойства аренов. Химические свойства аренов. Примеры реакций электрофильного замещения: галогенирования, алкилирования (катализаторы Фриделя – Крафтса), нитрования, сульфирования. Реакции	2

		гидрирования и присоединения хлора к бензолу. Особенности химических свойств гомологов бензола. Взаимное влияние атомов на примере гомологов аренов. Ориентация в реакциях электрофильного замещения. Ориентанты I и II рода. Применение и получение аренов. Природные источники ароматических углеводородов. Ароматизация алканов и циклоалканов. Алкилирование бензола.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	1
		Токсичность аренов.	1
Тема Природные источники углеводородов.	1.6.	Содержание учебного материала	2
		Нефть. Нахождение в природе, состав и физические свойства нефти. Топливо-энергетическое значение нефти. Промышленная переработка нефти. Ректификация нефти, основные фракции ее разделения, их использование. Вторичная переработка нефтепродуктов. Ректификация мазута при уменьшенном давлении. Крекинг нефтепродуктов. Различные виды крекинга, работы В.Г. Шухова. Изомеризация алканов. Алкилирование непредельных углеводородов. Риформинг нефтепродуктов. Качество автомобильного топлива. Октановое число. Природный и попутный нефтяной газы. Сравнение состава природного и попутного газов, их практическое использование. Каменный уголь. Основные направления использования каменного угля. Коксование каменного угля, важнейшие продукты этого процесса: кокс, каменноугольная смола, надсмольная вода. Соединения, выделяемые из каменноугольной смолы. Продукты, получаемые из надсмольной воды. Экологические аспекты добычи, переработки и использования горючих ископаемых.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	2
		Токсические отходы угольной и нефтяной промышленности. Определение наличия непредельных углеводородов в бензине и керосине. Растворимость различных нефтепродуктов (бензина, керосина, дизельного топлива, вазелина, парафина) друг в друге.	2
Тема Гидроксильные соединения.	1.7.	Содержание учебного материала	4
		Строение и классификация спиртов. Классификация спиртов по типу углеводородного радикала, числу гидроксильных групп и типу атома углерода, связанного с гидроксильной группой. Электронное и пространственное строение гидроксильной группы. Влияние строения спиртов на их физические свойства. Межмолекулярная водородная связь. Гомологический ряд предельных одноатомных спиртов. Изомерия и номенклатура алканолов, их общая формула. Химические свойства алканолов. Реакционная способность предельных одноатомных спиртов. Сравнение кислотно-основных свойств органических и неорганических соединений, содержащих ОН-группу: кислот, оснований, амфотерных соединений (воды, спиртов). Реакции, подтверждающие кислотные свойства спиртов. Реакции замещения гидроксильной группы. Межмолекулярная	2

		дегидратация спиртов, условия образования простых эфиров. Сложные эфиры неорганических и органических кислот, реакции этерификации. Окисление и окислительное дегидрирование спиртов. Способы получения спиртов. Гидролиз галогеналканов. Гидратация алкенов, условия ее проведения. Восстановление карбонильных соединений. Отдельные представители алканолов. Метанол, его промышленное получение и применение в промышленности. Биологическое действие метанола. Специфические способы получения этилового спирта. Физиологическое действие этанола. Многоатомные спирты. Изомерия и номенклатура представителей двух- и трехатомных спиртов. Особенности химических свойств многоатомных спиртов, их качественное обнаружение. Отдельные представители: этиленгликоль, глицерин, способы их получения, практическое применение. Фенол. Электронное и пространственное строение фенола. Взаимное влияние ароматического кольца и гидроксильной группы. Химические свойства фенола как функция его химического строения. Бромирование фенола (качественная реакция), нитрование (пикриновая кислота, ее свойства и применение). Образование окрашенных комплексов с ионом Fe^{3+}. Применение фенола. Получение фенола в промышленности.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Изучение растворимости спиртов в воде. Окисление спиртов различного строения хромовой смесью. Получение диэтилового эфира. Получение глицерата меди.	2
		Самостоятельная работа	2
		Ректификация смеси этанол – вода. Обнаружение воды в азеотропной смеси воды и этилового спирта. Применение фенола. Получение фенола в промышленности.	2
Тема Альдегиды и кетоны.	1.8. и	Содержание учебного материала	4
		Гомологические ряды альдегидов и кетонов. Понятие о карбонильных соединениях. Электронное строение карбонильной группы. Изомерия и номенклатура альдегидов и кетонов. Физические свойства карбонильных соединений. Химические свойства альдегидов и кетонов. Реакционная способность карбонильных соединений. Реакции окисления альдегидов, качественные реакции на альдегидную группу. Реакции поликонденсации: образование фенолоформальдегидных смол. Применение и получение карбонильных соединений. Применение альдегидов и кетонов в быту и промышленности. Альдегиды и кетоны в природе (эфирные масла, феромоны). Получение карбонильных соединений окислением спиртов, гидратацией алкинов, окислением углеводов. Отдельные представители альдегидов и кетонов, специфические способы их получения и свойства.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Изучение восстановительных свойств альдегидов: реакция «серебряного зеркала», восстановление гидроксида меди (II). Взаимодействие формальдегида с гидросульфитом натрия.	2

		Самостоятельная работа	2
		Токсичность действия альдегидов и кетонов на живые организмы. Окисление этанола в этаналь раскаленной медной проволокой. Получение фенолоформальдегидного полимера. Распознавание раствора ацетона и формалина.	2
Тема 1.9. Карбоновые кислоты и их производные.	1.9. их	Содержание учебного материала	6
		Гомологический ряд предельных одноосновных карбоновых кислот. Химические свойства карбоновых кислот. Способы получения карбоновых кислот.	2
		Сложные эфиры. Жиры. Соли карбоновых кислот. Мыла.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Растворимость различных карбоновых кислот в воде. Взаимодействие уксусной кислоты с металлами. Получение изоамилового эфира уксусной кислоты. Сравнение степени ненасыщенности твердого и жидкого жиров. Омыление жира. Получение мыла и изучение его свойств: пенообразования, реакций ионного обмена, гидролиза, выделения свободных жирных кислот.	2
		Самостоятельная работа	1
		Взаимодействие раствора уксусной кислоты с магнием, оксидом цинка, гидроксидом железа (III), раствором карбоната калия и стеарата калия. Ознакомление с образцами сложных эфиров. Отношение сложных эфиров к воде и органическим веществам. Выведение жирного пятна с помощью сложного эфира. Растворимость жиров в воде и органических растворителях. Сравнение моющих свойств хозяйственного мыла и СМС в жесткой воде. Синтетические моющие средства.	1
Тема 1.10. Углеводы.	1.10.	Содержание учебного материала	4
		Понятие об углеводах. Моносахариды. Глюкоза, строение ее молекулы и физические свойства. Пентозы. Дисахариды. Полисахариды.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Реакция «серебряного зеркала» глюкозы. Взаимодействие глюкозы с гидроксидом меди (II) при различных температурах. Действие аммиачного раствора оксида серебра на сахарозу. Обнаружение лактозы в молоке. Действие йода на крахмал.	2
		Самостоятельная работа	1
		Ознакомление с физическими свойствами глюкозы (аптечная упаковка, таблетки). Кислотный гидролиз сахарозы. Знакомство с образцами полисахаридов. Обнаружение крахмала с помощью качественной реакции в меде, хлебе, йогурте, маргарине, макаронных изделиях, крупах. Превращение крахмала пищи в организме.	1
Тема 1.11. Амины, аминокислоты, белки.		Содержание учебного материала	6
		Классификация и изомерия аминов. Химические свойства аминов. Применение и получение аминов. Аминокислоты. Белки	4
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2

	Практическое занятие. Образование солей анилина. Бромирование анилина. Образование солей глицина. Получение медной соли глицина. Денатурация белка. Цветные реакции белков.	2
	Самостоятельная работа	1
	Изготовление шаростержневых и объемных моделей изомерных аминов. Растворение белков в воде и их коагуляция. Обнаружение белка в курином яйце и молоке.	1
Тема 1.12. Азотсодержащие гетероциклические соединения. Нуклеиновые кислоты.	Содержание учебного материала	2
	Нуклеиновые кислоты как природные полимеры. Нуклеотиды, их строение, примеры. АТФ и АДФ, их взаимопревращение и роль этого процесса в природе. Понятие ДНК и РНК. Строение ДНК, ее первичная и вторичная структура. Работы Ф.Крика и Д.Уотсона. Комплементарность азотистых оснований. Репликация ДНК. Особенности строения РНК. Типы РНК и их биологические функции. Понятие о троичном коде (кодоне). Биосинтез белка в живой клетке. Генная инженерия и биотехнология. Трансгенные формы растений и животных.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Изготовление объемных и шаростержневых моделей азотистых гетероциклов.	1
Тема 1.13. Биологически активные соединения.	Содержание учебного материала	3
	Ферменты. Витамины. Гормоны. Лекарства.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обнаружение витамина А в подсолнечном масле. Обнаружение витамина С в яблочном соке. Определение витамина D в рыбьем жире или курином желтке. Действие амилазы слюны на крахмал. Действие дегидрогеназы на метиленовый синий. Действие каталазы на пероксид водорода. Анализ лекарственных препаратов, производных салициновой кислоты. Анализ лекарственных препаратов, производных <i>n</i> -аминофенола.	2
	Самостоятельная работа	1
	Специфические свойства ферментов. Проблемы, связанные с применением лекарственных препаратов. Испытание растворимости адреналина в воде и соляной кислоте. Обнаружение аспирина в готовой лекарственной форме.	1
Раздел 2. Общая и неорганическая химия.		68
Тема 2.1. Химия – наука о веществах.	Содержание учебного материала	4
	Состав вещества. Измерение вещества. Масса атомов и молекул. Атомная единица массы. Относительные атомная и молекулярная массы. Количество вещества и единицы его измерения: моль, ммоль, кмоль. Число Авогадро. Молярная масса. Агрегатные состояния вещества. Твердое (кристаллическое и аморфное), жидкое и газообразное	2

		агрегатные состояния вещества. Закон Авогадро и его следствия. Молярный объем веществ в газообразном состоянии. Объединенный газовый закон и уравнение Менделеева – Клапейрона. Смеси веществ. Различия между смесями и химическими соединениями. Массовая и объемная доли компонентов смеси.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Изготовление моделей молекул некоторых органических и неорганических веществ. Очистка веществ фильтрованием и дистилляцией. Очистка веществ перекристаллизацией.	2
		Самостоятельная работа	2
		Смеси веществ. Различия между смесями и химическими соединениями. Массовая и объемная доли компонентов смеси.	2
Тема 2.2. Строение атома.		Содержание учебного материала	2
		Атом – сложная частица. Доказательства сложности строения атома: катодные и рентгеновские лучи, фотоэффект, радиоактивность, электролиз. Планетарная модель атома Э. Резерфорда. Строение атома по Н. Бору. Современные представления о строении атома. Корпускулярно-волновой дуализм частиц микромира. Состав атомного ядра. Нуклоны: протоны и нейтроны. Изотопы и нуклиды. Устойчивость ядер. Электронная оболочка атомов. Понятие об электронной орбитали и электронном облаке. Квантовые числа: главное, орбитальное (побочное), магнитное и спиновое. Распределение электронов по энергетическим уровням, подуровням и орбиталям в соответствии с принципом наименьшей энергии, принципом Паули и правилом Гунда. Электронные конфигурации атомов химических элементов. Валентные возможности атомов химических элементов. Электронная классификация химических элементов: s-, p-, d-, f-элементы.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
		Самостоятельная работа	2
		Валентные возможности атомов химических элементов. Наблюдение спектров испускания и поглощения соединений химических элементов с помощью спектроскопа.	2
Тема 2.3. Периодический закон и Периодическая система химических элементов Д.И. Менделеева.		Содержание учебного материала	6
		Открытие периодического закона. Предпосылки: накопление фактологического материала, работы предшественников (И.В. Деберейнера, А.Э. Шанкуртуа, Дж.А. Ньюлендса, Л.Ю. Мейера), съезд химиков в Карлсруэ, личностные качества Д.И. Менделеева. Открытие Д.И. Менделеевым Периодического закона. Периодический закон и строение атома. Изотопы. Современное понятие химического элемента. Закономерность Г. Мозли. Современная формулировка Периодического закона. Периодическая система и строение атома. Физический смысл порядкового номера элементов, номеров группы и периода. Периодическое изменение свойств элементов: радиуса атома; энергии ионизации; электроотрицательности. Причины изменения металлических и неметаллических свойств элементов в	4

	группах и периодах, в том числе больших и сверхбольших. Значение Периодического закона и Периодической системы химических элементов Д.И. Менделеева для развития науки и понимания химической картины мира.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Сравнение свойств простых веществ, оксидов и гидроксидов элементов III периода.	2
	Самостоятельная работа	2
	Значение периодической системы химических элементов Д.И. Менделеева для развития науки и понимания химической картины мира. Нанотехнология как приоритетное направление развития науки и производства.	2
Тема 2.4. Строение вещества.	Содержание учебного материала	4
	Понятие о химической связи. Типы химических связей: ковалентная, ионная, металлическая и водородная. Ковалентная химическая связь. Два механизма образования этой связи: обменный и донорно-акцепторный. Основные параметры этого типа связи: длина, прочность, угол связи или валентный угол. Основные свойства ковалентной связи: насыщенность, поляризуемость и прочность. Электроотрицательность и классификация ковалентных связей по этому признаку: полярная и неполярная ковалентные связи. Полярность связи и полярность молекулы. Способ перекрывания электронных орбиталей и классификация ковалентных связей по этому признаку: σ- и π-связи. Кратность ковалентных связей и классификация их по этому признаку: одинарные, двойные, тройные, полутройные. Типы кристаллических решеток у веществ с этим типом связи: атомные и молекулярные. Физические свойства веществ с этими кристаллическими решетками. Ионная химическая связь. Крайний случай ковалентной полярной связи. Механизм образования ионной связи. Ионные кристаллические решетки и свойства веществ с такими кристаллами. Металлическая химическая связь. Особый тип химической связи, существующий в металлах и сплавах. Ее отличия и сходство с ковалентной и ионной связями. Свойства металлической связи. Металлические кристаллические решетки и свойства веществ с такими кристаллами. Водородная химическая связь. Механизм образования такой связи. Ее классификация: межмолекулярная и внутримолекулярная водородные связи. Молекулярные кристаллические решетки для этого типа связи. Физические свойства веществ с водородной связью. Биологическая роль водородных связей в организации структур биополимеров. Единая природа химических связей: наличие различных типов связей в одном веществе, переход одного типа связи в другой и т. п. Комплексообразование. Понятие о комплексных соединениях. Координационное число комплексообразователя. Внутренняя и внешняя сфера комплексов. Номенклатура комплексных соединений. Их значение.	2

		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Взаимодействие многоатомных спиртов с фелинговой жидкостью. Качественные реакции на ионы Fe^{2+} и Fe^{3+} .	2
		Самостоятельная работа	2
		Плазма – четвертое состояние вещества. Аморфные вещества в природе, технике, быту. Водородная химическая связь. Механизм образования такой связи. Ее классификация: межмолекулярная и внутримолекулярная водородные связи. Молекулярные кристаллические решетки для этого типа связи. Физические свойства веществ с водородной связью. Биологическая роль водородных связей в организации структур биополимеров.	2
Тема Полимеры.	2.5.	Содержание учебного материала	4
		Неорганические полимеры. Полимеры – простые вещества с атомной кристаллической решеткой: аллотропные видоизменения углерода (алмаз, графит, карбин, фуллерен, взаимосвязь гибридизации орбиталей у атомов углерода с пространственным строением аллотропных модификаций); селен и теллур цепочечного строения. Полимеры – сложные вещества с атомной кристаллической решеткой: кварц, кремнезем (диоксидные соединения кремния), корунд (оксид алюминия) и алюмосиликаты (полевые шпаты, слюда, каолин). Минералы и горные породы. Сера пластическая. Минеральное волокно – асбест. Значение неорганических природных полимеров в формировании одной из геологических оболочек Земли – литосферы. Органические полимеры. Способы их получения: реакции полимеризации и реакции поликонденсации. Структуры полимеров: линейные, разветвленные и пространственные. Структурирование полимеров: вулканизация каучуков, дубление белков, отверждение поликонденсационных полимеров. Классификация полимеров по различным признакам.	2
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Ознакомление с образцами пластмасс, волокон, каучуков, минералов и горных пород. Проверка пластмасс на электрическую проводимость, горючесть, отношение к растворам кислот, щелочей и окислителей. Сравнение свойств термореактивных и термопластичных пластмасс.	2
		Самостоятельная работа	2
		Будущее полимерных материалов. Классификация полимеров по различным признакам. Получение нитей из капроновой или лавсановой смолы. Обнаружение хлора в поливинилхлориде.	2
Тема Дисперсные системы.	2.6.	Содержание учебного материала	4
		Понятие о дисперсных системах. Классификация дисперсных систем в зависимости от агрегатного состояния дисперсионной среды и дисперсной фазы, а также по размеру их частиц. Грубодисперсные системы: эмульсии и суспензии. Тонкодисперсные системы: коллоидные (золи и гели) и истинные (молекулярные, молекулярно-ионные и ионные). Эффект Тиндаля. Коагуляция в коллоидных растворах. Синерезис в гелях. Значение дисперсных систем в живой и неживой природе и практической жизни человека. Эмульсии	2

		и суспензии в строительстве, пищевой и медицинской промышленности, косметике. Биологические, медицинские и технологические золи. Значение гелей в организации живой материи. Биологические, пищевые, медицинские, косметические гели. Синерезис как фактор, определяющий срок годности продукции на основе гелей. Свертывание крови как биологический синерезис, его значение.	
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Получение суспензии серы и канифоли. Получение эмульсии растительного масла и бензола. Получение золя крахмала. Получение золя серы из тиосульфата натрия.	2
		Самостоятельная работа	2
		Коллоидные системы: их типы, свойства и значение для организма. Синерезис гелей и его биологическое значение.	2
Тема Химические реакции.	2.7.	Содержание учебного материала	6
		Классификация химических реакций в органической и неорганической химии. Понятие о химической реакции. Реакции, идущие без изменения качественного состава веществ: аллотропизация и изомеризация. Реакции, идущие с изменением состава веществ: по числу и характеру реагирующих и образующихся веществ (разложения, соединения, замещения, обмена); по изменению степеней окисления элементов (окислительно-восстановительные и неокислительно-восстановительные реакции); по тепловому эффекту (экзо- и эндотермические); по фазе (гомо- и гетерогенные); по направлению (обратимые и необратимые); по использованию катализатора (каталитические и некаталитические); по механизму (радикальные, молекулярные и ионные). Вероятность протекания химических реакций. Внутренняя энергия, энтальпия. Тепловой эффект химических реакций. Термохимические уравнения. Стандартная энтальпия реакций и образования веществ. Закон Г.И. Гесса и его следствия. Энтропия. Скорость химических реакций. Понятие о скорости реакций. Скорость гомо- и гетерогенной реакции. Энергия активации. Факторы, влияющие на скорость химической реакции. Природа реагирующих веществ. Температура (закон Вант – Гоффа). Концентрация. Катализаторы и катализ: гомо- и гетерогенный, их механизмы. Ферменты, их сравнение с неорганическими катализаторами. Зависимость скорости реакций от поверхности соприкосновения реагирующих веществ. Обратимость химических реакций. Химическое равновесие. Понятие о химическом равновесии. Равновесные концентрации. Динамичность химического равновесия. Факторы, влияющие на смещение равновесия: концентрация, давление, температура (принцип Ле Шателье).	4
		В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Получение кислорода разложением пероксида водорода и (или) перманганата калия. Реакции, идущие с образованием осадка, газа или воды для органических и неорганических кислот.	2
		Самостоятельная работа	2

	Химия металлов в профессиональной деятельности. Химия неметаллов в профессиональной деятельности.	2
Тема 2.8. Растворы.	Содержание учебного материала	4
	Понятие о растворах. Физико-химическая природа растворения и растворов. Взаимодействие растворителя и растворенного вещества. Растворимость веществ. Способы выражения концентрации растворов: массовая доля растворенного вещества (процентная), молярная. Теория электролитической диссоциации. Механизм диссоциации веществ с различными типами химических связей. Вклад русских ученых в развитие представлений об электролитической диссоциации. Основные положения теории электролитической диссоциации. Степень электролитической диссоциации и факторы ее зависимости. Сильные и средние электролиты. Диссоциация воды. Водородный показатель. Среда водных растворов электролитов. Реакции обмена в водных растворах электролитов. Гидролиз как обменный процесс. Необратимый гидролиз органических и неорганических соединений и его значение в практической деятельности человека. Обратимый гидролиз солей. Ступенчатый гидролиз. Практическое применение гидролиза. Гидролиз органических веществ (белков, жиров, углеводов, полинуклеотидов, АТФ) и его биологическое и практическое значение. Омыление жиров. Реакция этерификации.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Приготовление растворов различных видов концентрации.	2
	Самостоятельная работа	2
	Характер диссоциации различных гидроксидов.	2
Тема 2.9. Окислительно-восстановительные реакции. Электрохимические процессы.	Содержание учебного материала	4
	Окислительно-восстановительные реакции. Степень окисления. Восстановители и окислители. Окисление и восстановление. Важнейшие окислители и восстановители. Восстановительные свойства металлов – простых веществ. Окислительные и восстановительные свойства неметаллов – простых веществ. Восстановительные свойства веществ, образованных элементами в низшей (отрицательной) степени окисления. Окислительные свойства веществ, образованных элементами в высшей (положительной) степени окисления. Окислительные и восстановительные свойства веществ, образованных элементами в промежуточных степенях окисления. Классификация окислительно-восстановительных реакций. Реакции межатомного и межмолекулярного окисления-восстановления. Реакции внутримолекулярного окисления-восстановления. Реакции самоокисления-самовосстановления (диспропорционирования). Методы составления уравнений окислительно-восстановительных реакций. Метод электронного баланса. Влияние среды на протекание окислительно-восстановительных процессов. Химические источники тока. Электродные потенциалы. Ряд стандартных электродных потенциалов (электрохимический ряд напряжений металлов). Гальванические элементы и принципы их работы.	2

	Составление гальванических элементов. Образование гальванических пар при химических процессах. Гальванические элементы, применяемые в жизни: свинцовая аккумуляторная батарея, никель-кадмиевые батареи, топливные элементы.	
	Электролиз расплавов и водных растворов электролитов. Процессы, происходящие на катоде и аноде. Уравнения электрохимических процессов. Электролиз водных растворов с инертными электродами. Электролиз водных растворов с растворимыми электродами. Практическое применение электролиза.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Взаимодействие металлов с неметаллами, а также с растворами солей и растворами кислот. Взаимодействие серной и азотной кислот с медью. Окислительные свойства перманганата калия в различных средах.	2
	Самостоятельная работа	2
	Сущность процессов окисления – восстановления. Окислительно-восстановительные реакции. Эквивалент окислителя и восстановителя. Классификация окислительно-восстановительных реакций. Гальванические элементы. Электродные потенциалы. Химические источники тока.	2
Тема	2.10.	6
Классификация веществ. Простые вещества.	Содержание учебного материала Классификация неорганических веществ. Простые и сложные вещества. Оксиды, их классификация. Гидроксиды (основания, кислородсодержащие кислоты, амфотерные гидроксиды). Кислоты, их классификация. Основания, их классификация. Соли средние, кислые, основные и комплексные. Металлы. Положение металлов в периодической системе и особенности строения их атомов. Простые вещества – металлы: строение кристаллов и металлическая химическая связь. Общие физические свойства металлов и их восстановительные свойства: взаимодействие с неметаллами (кислородом, галогенами, серой, азотом, водородом), водой, кислотами, растворами солей, органическими веществами (спиртами, галогеналканами, фенолом, кислотами), щелочами. Оксиды и гидроксиды металлов. Зависимость свойств этих соединений от степеней окисления металлов. Значение металлов в природе и жизни организмов. Коррозия металлов. Понятие коррозии. Химическая коррозия. Электрохимическая коррозия. Способы защиты металлов от коррозии. Общие способы получения металлов. Металлы в природе. Металлургия и ее виды: пиро-, гидро- и электрометаллургия. Электролиз расплавов и растворов соединений металлов и его практическое значение. Неметаллы. Положение неметаллов в Периодической системе, особенности строения их атомов. Электроотрицательность. Благородные газы. Электронное строение атомов благородных газов и особенности их химических и физических свойств. Неметаллы – простые вещества. Их атомное и молекулярное строение их. Аллотропия. Химические свойства неметаллов. Окислительные свойства: взаимодействие с металлами, водородом, менее	2

	электроотрицательными неметаллами, некоторыми сложными веществами. Восстановительные свойства неметаллов в реакциях с фтором, кислородом, сложными веществами – окислителями (азотной и серной кислотами и др.).	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Ознакомление с образцами представителей классов неорганических веществ. Ознакомление с образцами представителей классов органических веществ. Ознакомление с коллекцией руд.	1
	Практическое занятие. Получение кислорода и его свойства. Получение водорода и его свойства. Получение пластической серы, химические свойства серы.	1
	Практическое занятие. Взаимодействие металлов с растворами кислот и солей. Свойства угля: адсорбционные, восстановительные. Взаимодействие цинка или алюминия с растворами кислот и щелочей. Окрашивание пламени катионами щелочных и щелочноземельных металлов.	2
	Самостоятельная работа	2
	Коррозия металлов: химическая и электрохимическая. Зависимость скорости коррозии от условий окружающей среды. Классификация коррозии металлов по различным признакам. Способы защиты металлов от коррозии.	2
Тема 2.11. Основные классы неорганических и органических соединений.	Содержание учебного материала	6
	Водородные соединения неметаллов. Получение аммиака и хлороводорода синтезом и косвенно. Физические свойства. Отношение к воде: кислотно-основные свойства. Оксиды и ангидриды карбоновых кислот. Несолеобразующие и солеобразующие оксиды. Кислотные оксиды, их свойства. Основные оксиды, их свойства. Амфотерные оксиды, их свойства. Зависимость свойств оксидов металлов от степени окисления. Ангидриды карбоновых кислот как аналоги кислотных оксидов. Кислоты органические и неорганические. Кислоты в свете теории электролитической диссоциации. Кислоты в свете протолитической теории. Классификация органических и неорганических кислот. Общие свойства кислот: взаимодействие органических и неорганических кислот с металлами, основными и амфотерными оксидами и гидроксидами, солями, образование сложных эфиров. Особенности свойств концентрированной серной и азотной кислот. Основания органические и неорганические. Основания в свете теории электролитической диссоциации. Основания в свете протолитической теории. Классификация органических и неорганических оснований. Химические свойства щелочей и нерастворимых оснований. Свойства бескислородных оснований: аммиака и аминов. Взаимное влияние атомов в молекуле анилина. Амфотерные органические и неорганические соединения. Амфотерные основания в свете протолитической теории. Амфотерность оксидов и гидроксидов переходных металлов: взаимодействие с кислотами и щелочами. Соли. Классификация и химические свойства солей. Особенности свойств солей органических и	4

	неорганических кислот. Генетическая связь между классами органических и неорганических соединений. Понятие о генетической связи и генетических рядах в неорганической и органической химии. Генетические ряды металла (на примере кальция и железа), неметалла (серы и кремния), переходного элемента (цинка). Генетические ряды и генетическая связь в органической химии. Единство мира веществ.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Получение хлороводорода и соляной кислоты, их свойства. Получение аммиака, его свойства.	2
	Самостоятельная работа	2
	Получение и свойства углекислого газа. Свойства соляной, серной (разбавленной) и уксусной кислот. Взаимодействие гидроксида натрия с солями (сульфатом меди (II) и хлоридом аммония). Разложение гидроксида меди. Получение и амфотерные свойства гидроксида алюминия. Получение жесткой воды и изучение ее свойств. Устранение временной и постоянной жесткости.	2
Тема 2.12. Химия элементов.	Содержание учебного материала	4
	s-Элементы Водород. Двойственное положение водорода в периодической системе. Изотопы водорода. Тяжелая вода. Окислительные и восстановительные свойства водорода, его получение и применение. Роль водорода в живой и неживой природе. Вода. Роль воды как средообразующего вещества клетки. Экологические аспекты водопользования. Элементы IA-группы. Щелочные металлы. Общая характеристика щелочных металлов на основании положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Получение, физические и химические свойства щелочных металлов. Катионы щелочных металлов как важнейшая химическая форма их существования, регулятивная роль катионов калия и натрия в живой клетке. Природные соединения натрия и калия, их значение. Элементы IIA-группы. Общая характеристика щелочноземельных металлов и магния на основании положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Кальций, его получение, физические и химические свойства. Важнейшие соединения кальция, их значение и применение. Кальций в природе, его биологическая роль. p-Элементы Алюминий. Характеристика алюминия на основании положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атома. Получение, физические и химические свойства алюминия. Важнейшие соединения алюминия, их свойства, значение и применение. Природные соединения алюминия. Углерод и кремний. Общая характеристика на основании их положения в Периодической системе Д.И. Менделеева и строения атома. Простые вещества, образованные этими элементами. Оксиды и гидроксиды углерода и кремния. Важнейшие соли угольной и кремниевой кислот. Силикатная	2

	промышленность. Галогены. Общая характеристика галогенов на основании их положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Галогены – простые вещества: строение молекул, химические свойства, получение и применение. Важнейшие соединения галогенов, их свойства, значение и применение. Галогены в природе. Биологическая роль галогенов. Халькогены. Общая характеристика халькогенов на основании их положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Халькогены – простые вещества. Аллотропия. Строение молекул аллотропных модификаций и их свойства. Получение и применение кислорода и серы. Халькогены в природе, их биологическая роль. Элементы VA-группы. Общая характеристика элементов этой группы на основании их положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Строение молекулы азота и аллотропных модификаций фосфора, их физические и химические свойства. Водородные соединения элементов VA-группы. Оксиды азота и фосфора, соответствующие им кислоты. Соли этих кислот. Свойства кислородных соединений азота и фосфора, их значение и применение. Азот и фосфор в природе, их биологическая роль. Элементы IVA-группы. Общая характеристика элементов этой группы на основании их положения в Периодической системе элементов Д.И. Менделеева и строения атомов. Углерод и его аллотропия. Свойства аллотропных модификаций углерода, их значение и применение. Оксиды и гидроксиды углерода и кремния, их химические свойства. Соли угольной и кремниевых кислот, их значение и применение. Природообразующая роль углерода для живой и кремния для неживой природы. d-Элементы Особенности строения атомов d-элементов (IB-VIIB-групп). Медь, цинк, хром, железо, марганец как простые вещества, их физические и химические свойства. Нахождение этих металлов в природе, их получение и значение. Соединения d-элементов с различными степенями окисления. Характер оксидов и гидроксидов этих элементов в зависимости от степени окисления металла.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Получение гидроксидов алюминия и цинка; исследование их свойств.	1
	Практическое занятие. Получение и исследование свойств оксидов серы, углерода, фосфора.	1
	Самостоятельная работа	2
	Изучение свойств простых веществ и соединений s-элементов. Изучение свойств простых веществ и соединений p-элементов. Изучение свойств простых веществ и соединений d-элементов.	2
	Тема 2.13. Химия в жизни общества.	4
	Содержание учебного материала Химия и производство. Химическая промышленность и химические технологии. Сырье для химической промышленности. Вода в химической промышленности. Энергия для химического производства. Научные принципы химического производства. Защита окружающей среды и охрана труда при химическом производстве. Основные стадии химического производства. Сравнение	2

	производства аммиака и метанола. Химия в сельском хозяйстве. Химизация сельского хозяйства и ее направления. Растения и почва, почвенный поглощающий комплекс. Удобрения и их классификация. Химические средства защиты растений. Отрицательные последствия применения пестицидов и борьба с ними. Химизация животноводства. Химия и экология. Химическое загрязнение окружающей среды. Охрана гидросферы от химического загрязнения. Охрана почвы от химического загрязнения. Охрана атмосферы от химического загрязнения. Охрана флоры и фауны от химического загрязнения. Биотехнология и генная инженерия. Химия и повседневная жизнь человека. Домашняя аптека. Моющие и чистящие средства. Средства борьбы с бытовыми насекомыми. Средства личной гигиены и косметики. Химия и пища. Маркировки упаковок пищевых и гигиенических продуктов и умение их читать. Экология жилища. Химия и генетика человека.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Ознакомление с коллекцией удобрений и пестицидов. Ознакомление с образцами средств бытовой химии и лекарственных препаратов.	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 2.14. Основы химических знаний для педагога по физической культуре и спорту	Содержание учебного материала	10
	Химия в жизни спортсмена Химические основы спортивной подготовки. Обмен энергии в организме-одно из главных и постоянных проявлений жизнедеятельности. Роль жиров в здоровом питании. Витамины - регулятор обмена веществ.	6
	В том числе, практических занятий	4
	Практическое занятие. Составление рациона питания спортсменов.	2
	Лабораторное занятие. Изучение химического состава вакцин, лечебных и профилактических сывороток, их влияние на человека.	2
	Самостоятельная работа	-
Консультации		14
Промежуточная аттестация		-
Всего:		175

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); вытяжной шкаф; аналитические весы с антивибрационным столом; плитка; прибор для электролиза растворов солей; установка для перегонки веществ; прибор для окисления спирта над катализатором; pH-метр; эксикатор; штативы лабораторные; щипцы-держатель; ложка для сжигания; химические реактивы. Химическая посуда: пробирка, бюретка, пипетка, колба, стакан, воронка, ступка, песты. Периодическая система химических элементов Д.И. Менделеева; таблица растворимости; таблица химических свойств металлов; учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Габриелян, О. С. Химия : 10-й класс : базовый уровень : учебник / О. С. Габриелян, И. Г. Остроумов, С. А. Сладков. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 128 с. — ISBN 978-5-09-120190-1. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/473033>
2. Габриелян, О. С. Химия : 11-й класс : базовый уровень : учебник / О. С. Габриелян, И. Г. Остроумов, С. А. Сладков. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 127 с. — ISBN 978-5-09-120191-8. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497801>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Химия : 11-й класс : углублённый уровень : учебник / В. В. Еремин, Н. Е. Кузьменко,

А. А. Дроздов, В. В. Лунин ; под редакцией В. В. Лунина. — 12-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 478 с. — ISBN 978-5-09-120710-1. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497804>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания

		только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.11 РОДНАЯ ЛИТЕРАТУРА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Курбанова Т.С., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Родная литература» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Родная литература» направлено на достижение следующих целей:

- воспитание ценностного отношения к родной литературе как хранителю культуры, включение в культурно-языковое поле своего народа;
- приобщение к литературному наследию своего народа;
- формирование причастности к свершениям и традициям своего народа, осознание исторической преемственности поколений, своей ответственности за сохранение культуры народа;
- формирование общего представления об историко-литературном процессе.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	75
в т.ч. в форме практической подготовки	22
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	54
лекции	28
лабораторно-практические занятия	22
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	21
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен во 2 семестре	

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Раздел 1. Родная литература XIX века.		22
Тема 1.1. Личность.	Содержание учебного материала	4
	Росвн Ф.М. Достоевского «Идиот»: человек перед судом своей совести, я и другой, индивидуальность и «человек толпы».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Судьба человека; конфликт долга и чести: образ князя Мышкина.	2
	Самостоятельная работа	2
	Роман Ф.М. Достоевского «Идиот» о «положительно-прекрасном» человеке; образ главного героя. Образ князя Мышкина в трактовке литературоведов (Г.М. Фридендер, Г.К. Щенников, Г.Г. Ермилова).	2
Тема 1.2. Личность и семья.	Содержание учебного материала	6
	Особенности драматургии А.В. Сухово-Кобылина. Трилогия «Свадьба Керчинского»: семейные и родственные отношения в комедии.	2
	Место человека в семье и обществе: Л.Н. Толстой «Смерть Ивана Ильича». Истинные и ложные ценности в повести Л.Н. Толстого «Отец Сергей».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Мужчина и женщина, любовь и доверие в жизни человека в прозе А.П. Чехова. А.П. Чехов «Три сестры»: поколения, традиции, культура повседневности.	2
	Самостоятельная работа	2
	А.В. Сухово-Кобылин. Трилогия «Свадьба Керчинского»: семейные и родственные отношения в комедии. Л.Н. Толстой. Повесть «Смерть Ивана Ильича»: идейная направленность произведения. Место человека в семье и обществе. Л.Н. Толстой. Повесть «Отец Сергей»: истинная вера как путь к самопознанию. А.П. Чехов. Пьеса «Три сестры»: ключевые темы, образы и мотивы..	2
Тема 1.3. Личность – общество – государство.	Содержание учебного материала	4
	Человек и государственная система; гражданственность и патриотизм в публицистике К.С. Аксакова.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2

	Практическое занятие. Интересы личности, интересы большинства/меньшинства и интересы государства в романе А. Герцена «Кто виноват?». Художественные особенности прозы А. Герцена.	2
	Самостоятельная работа	2
	К.С. Аксаков. Критическая деятельность. Исторические статьи. Публицистика. А.И. Герцен. Роман «Кто виноват?». Проблематика романа: проблемы любви, брака, воспитания, вины и невинности.	2
Тема 1.4. Личность – природа – цивилизация.	Содержание учебного материала	4
	Человек и природа; проблемы освоения и покорения природы в поэзии Ф.Н. Глинки. «Духовные стихотворения».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Поэтика рассказов В.М. Гаршина: цивилизация, ее проблемы и вызовы.	2
	Самостоятельная работа	2
	Ф.Н. Глинка. «Духовные стихотворения». Поэтика символизма в рассказе В.М. Гаршина «Красный цветок». Отражение сущности современного автору общества в рассказе.	2
Тема 1.5. Личность – история современность.	Содержание учебного материала	4
	Особенности творчества Г.И. Успенского. Эссе «Выпрямила», рассказ «Пятница».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Основные проблемы и темы художественной и публицистической литературы XIX века.	2
	Самостоятельная работа	2
	Г.И. Успенский. Эссе «Выпрямила», рассказ «Пятница». Рассуждения о смысле существования человечества.	2
Раздел 2. Родная литература XX века.		24
Тема 2.1. Личность.	Содержание учебного материала	4
	Человек перед судом своей совести Г.Н. Щербаковой «Вам и не снилось». Детство, отрочество, личность и мир в рассказе Ю.П. Казакова «Во сне ты горько плакал».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Судьба человека, становление личности, конфликт долга и чести в поэзии Б.А. Ахмадулиной и Л.Н. Мартынова.	2
	Самостоятельная работа	2
	Г.Н. Щербакова. Повесть «Вам и не снилось». Конфликт поколений: вместе и врозь (по повести Г.Н. Щербаковой «Вам и не снилось») Ю.П. Казаков. Рассказ «Во сне ты горько плакал». Осознание трагического одиночества	2

	человека перед неразрешимыми проблемами бытия в рассказе.	
Тема 2.2. Личность и семья.	Содержание учебного материала	4
	Семейные и родственные отношения в повести Е.И. Носова «Усвятские шлемоносцы». Место человека в семье в повести Ю.В. Трифонова «Обмен».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Мужчина, женщина, ребенок в семье, любовь и доверие в жизни человека: пьеса «Жестокие игры» А.Н. Арбузова.	2
	Самостоятельная работа	2
	Е.И. Носов. Повесть «Усвятские шлемоносцы»: летопись сборов на войну. Ю.В. Трифонов. Вечные темы и нравственные проблемы в повести «Обмен». А.Н. Арбузов. Пьеса «Жестокие игры». Нравственная проблематика пьесы, ответственность людей за тех, кто рядом.	2
Тема 2.3. Личность – общество – государство.	Содержание учебного материала	6
	А.А. Фадеев «Молодая гвардия»: влияние социальной среды на личность человека.	2
	Гражданственность и патриотизм как национальные ценности в повести Э. Веркина «Облачный полк». В.С. Маканин «Кавказский пленный»: человек и государственная система.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Законы морали и государственные законы; жизнь и идеология в романе З. Прилепина «Санька».	2
	Самостоятельная работа	2
Тема 2.4. Личность – природа – цивилизация.	Содержание учебного материала	6
	Н.А. Заболоцкий: основные темы и проблемы лирики.	2
	Человек и природа; проблемы освоения и покорения природы в лирике Н.М. Рубцова.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Комфорт и духовность; современная цивилизация, ее проблемы и вызовы в рассказе Л.С. Петрушевской «Новые робинзоны».	2
	Самостоятельная работа	2
	Н.А. Заболоцкий. Стихотворения: «В жилищах наших», «Вчера, о смерти размышляя...»,	2

	«Где-то в поле, возле Магадана...», «Движение», «Ивановы», «Лицо коня», «Метаморфозы», «Новый Быт», «Рыбная лавка», «Искусство», «Я не ищу гармонии в природе...». Н.М. Рубцов. Стихотворения: «В горнице», «Видения на холме», «Звезда полей», «Зимняя песня», «Привет, Россия, родина моя!..», «Тихая моя родина!», «Русский огонек», «Стихи». Главная тема рассказа-антиутопии Л.С. Петрушевская «Новые Робинзоны».	
Тема 2.5. Личность – история современность.	Содержание учебного материала	4
	Роль личности в истории, свобода человека в условиях абсолютной несвободы в романе Ю.О. Домбровского «Факультет ненужных вещей».	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Историческое время в рассказе В.Ф. Тендрякова «Пара гнедых». Вечное и исторически обусловленное в жизни человека и в культуре: «Хлеб для собаки» В.Ф. Тендрякова.	2
	Самостоятельная работа	2
	Ю.О. Домбровский. Роман «Факультет ненужных вещей». Раскрытие роли личности в истории, судьба ценностей христианскогуманистической цивилизации в мире антихристианском, образ русского интеллигента в эпоху сталинских репрессий. В.Ф. Тендряков. Рассказ «Хлеб для собаки». «Пара гнедых»: трагедия периода раскулачивания в рассказе.	2
Раздел 3. Родная литература и ее роль в культурной жизни родного края.		4
Тема 3.1. XIX век – начало XX века в литературной жизни Дмитровского края.	Содержание учебного материала	4
	Культурные и литературные традиции Дмитровского края. Творчество писателей и поэтов Дмитровского края: С.П. Подъячева, В.П. Калентьева, В.Г. Красавина, Ю.М. Чернова.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Родная литература и ее роль в культурной жизни. Анализ текста на основе произведений о Дмитровском крае.	2
	Самостоятельная работа	1
	Особенности литературного процесса XX века – начала XXI века.	1
Консультации		4
Промежуточная аттестация		-
Всего:		75

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Родная русская литература. 10 класс. Базовый уровень : учебник / О. М. Александрова, М. А. Аристова, Н. В. Беляева [и др.]. – 2-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 257 с. – ISBN 978-5-09-124939-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2202259>

2. Родная русская литература. 11 класс. Базовый уровень : учебник / О. М. Александрова, М. А. Аристова, Н. В. Беляева [и др.]. – 2-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 193 с. – ISBN 978-5-09-124940-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2202260>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.11 РОДНОЙ ЯЗЫК**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Курбанова Т.С., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Родной язык» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Родной язык» направлено на достижение следующих целей:

- воспитание гражданина и патриота; формирование представления о русском языке как духовной, нравственной и культурной ценности народа; осознание национального своеобразия русского языка; формирование познавательного интереса, любви, уважительного отношения к русскому языку, а через него – к родной культуре; воспитание ответственного отношения к сохранению и развитию родного языка, формирование волонтерской позиции в отношении популяризации родного языка; воспитание уважительного отношения к культурам и языкам народов России; овладение культурой межнационального общения;
- совершенствование коммуникативных умений и культуры речи, обеспечивающих свободное владение русским литературным языком в разных сферах и ситуациях его использования; обогащение словарного запаса и грамматического строя речи обучающихся; развитие готовности и способности к речевому взаимодействию и взаимопониманию, потребности к речевому самосовершенствованию;
- углубление и при необходимости расширение знаний о таких явлениях и категориях современного русского литературного языка, которые обеспечивают его нормативное, уместное, этичное использование в различных сферах и ситуациях общения; о стилистических ресурсах русского языка; об основных нормах русского литературного языка; о национальной специфике русского языка и языковых единицах, прежде всего о лексике и фразеологии с национально-культурной семантикой; о русском речевом этикете;
- совершенствование умений опознавать, анализировать, классифицировать языковые факты, оценивать их с точки зрения нормативности, соответствия ситуации и сфере общения; умений работать с текстом, осуществлять информационный поиск, извлекать и преобразовывать необходимую информацию;
- развитие проектного и исследовательского мышления, приобретение практического опыта исследовательской работы по русскому языку, воспитание самостоятельности в приобретении знаний.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	75
в т.ч. в форме практической подготовки	22
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	54
лекции	28
лабораторно-практические занятия	22
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	4
Самостоятельная работа	21
Промежуточная аттестация Форма аттестации – экзамен во 2 семестре	

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	1
	Общие сведения о языке. Повторение и углубление изученного ранее. Язык и общество. Родной язык, литература и культура. Язык и история народа. Язык и речь. Язык и художественная литература. Понятие о системе языка, его единицах и уровнях, взаимосвязях и отношениях единиц разных уровней языка.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Русский язык в Российской Федерации и в современном мире – в международном и межнациональном общении».	1
Раздел 1. Фонетика. Орфоэпия. Орфография.		5
Тема 1.1. Фонетика.	Содержание учебного материала	1
	Обобщающее повторение фонетики. Фонетический разбор.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.2. Орфоэпия.	Содержание учебного материала	1
	Основные нормы современного литературного произношения и ударения. Роль логического ударения в стихах Н. Некрасова.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Орфоэпия».	1
Тема 1.3. Орфография.	Содержание учебного материала	1
	Обобщающее повторение орфографии. Написания, подчиняющиеся морфологическому, фонетическому, традиционному принципам русской орфографии.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Орфография».	1
Раздел 2. Лексика и фразеология.		6

Тема 2.1. Лексика.	Содержание учебного материала	4
	Повторение ранее приобретенных знаний о лексике русского языка. Стихотворение Ф. Кривина «Лики лжи». Роль антонимов и синонимов в структуре произведения. Русская лексика с точки зрения ее происхождения и употребления.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Лексический анализ текста. Статья К. Бальмонта «Русский язык как основа творчества».	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Лексика».	1
Тема 2.2. Фразеология.	Содержание учебного материала	1
	Русская фразеология. Роль фразеологизмов в произведениях А. Грибоедова, А. Пушкина, Н. Гоголя и др. русских писателей. Словари русского языка. Словари языка писателей. Лексико-фразеологический разбор текста.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Фразеология».	1
Раздел 3. Морфемика и словообразование.		6
Тема 3.1. Морфемика и словообразование.	Содержание учебного материала	1
	Морфемика и словообразование. Однокоренные слова в произведениях И. Гончарова.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Морфемика и словообразование».	1
Тема 3.2. Способы словообразования.	Содержание учебного материала	3
	Способы словообразования. Словообразовательный разбор. Выразительные средства словообразования.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Михаил Пришвин «Кладовая солнца» – анализ выразительных средств словообразования.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Способы словообразования».	1
Раздел 4. Морфология и орфография.		6
Тема 4.1. Морфология.	Содержание учебного материала	3
	Обобщающее повторение морфологии. Части речи.	1

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Синтаксическая роль имен существительных в произведениях А.С. Пушкина.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Морфология».	1
Тема 4.2. Морфология и орфография.	Содержание учебного материала	1
	1. Морфологический разбор знаменательных и служебных частей речи. Словообразование и правописание знаменательных и служебных частей речи. Слитное, раздельное и дефисное написание. Трудные вопросы правописания Н и НН в суффиксах существительных, причастий, наречий. Трудные вопросы правописания окончаний и суффиксов разных частей речи.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Морфология и орфография».	1
Раздел 5. Функциональные стили речи.		16
Тема 5.1. Текст и его строение.	Содержание учебного материала	9
	1. Что такое текст. Абзац. Виды преобразования текста. Тезисы. Конспект. Выписки. Реферат. Аннотация.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Средства связи между частями текста в отрывке из романа Л. Толстого «Война и мир».	2
	Практическое занятие. Средства связи между частями текста в отрывке из романа Л. Толстого «Война и мир».	2
	Практическое занятие. Наблюдение за строением абзаца в главе романа И. Тургенева «Отцы и дети».	2
	Практическое занятие. Наблюдение за строением абзаца в главе романа И. Тургенева «Отцы и дети».	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Текст и его строение».	4
Тема 5.2. Стили речи.	Содержание учебного материала	2
	Научный стиль речи. Основные признаки научного стиля. Публицистический стиль речи. Жанры публицистического стиля. Устное выступление. Дискуссия. Официально-деловой стиль. Особенности официально-делового стиля. Образцы деловых бумаг.	1
	Разговорный стиль речи, его признаки. Художественный стиль речи, его признаки.	1

	Речеведческий разбор текста. Работа с аудиотекстами.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Стили речи».	1
Раздел 6. Синтаксис и пунктуация.		19
Тема 6.1. Основные единицы синтаксиса. Словосочетание.	Содержание учебного материала	1
	Словосочетание, предложение, сложное синтаксическое целое. Работа с текстами.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.2. Простое предложение.	Содержание учебного материала	1
	Стилистические функции и роль порядка слов в простом предложении. Работа с текстами.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Тема 6.3. Односоставное и неполное предложение.	Содержание учебного материала	1
	Односоставное и неполное предложение. Работа с текстами.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Односоставное и неполное предложение».	1
Тема 6.4. Односложное простое предложение.	Содержание учебного материала	4
	Употребление однородных членов предложения в разных стилях речи.	1
	Предложения с обособленными и уточняющими членами. Работа с текстами. Знаки препинания при обращении.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Употребление вводных слов в речи; стилистическое различие между ними.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Односложное простое предложение».	1
Тема 6.5. Сложное предложение.	Содержание учебного материала	6
	Употребление сложносочиненных предложений в речи. Использование сложноподчиненных предложений в разных типах и стилях речи. Работа с текстами.	1
	Знаки препинания в сложном предложении с разными видами связи. Работа с текстами. Знаки препинания при прямой речи. Знаки препинания при цитатах. Оформление диалога.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Использование бессоюзных сложных предложений в речи. Замена	2

	прямой речи косвенной.	
	Практическое занятие. Знаки препинания при диалоге.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Сложное предложение».	1
Тема 6.6. Русская пунктуация.	Содержание учебного материала	2
	Основные знаки русской пунктуации.	1
	Трудные случаи русской пунктуации.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Русская пунктуация».	1
Раздел 7. Культура речи. Речевое общение. Риторика.		11
Тема 7.1. Культура речи.	Содержание учебного материала	2
	Основные качества хорошей речи.	1
	Три компонента культуры речи: нормативный, этический, коммуникативный. Владение нормами современного русского языка.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Культура речи».	1
Тема 7.2. Речевое общение.	Содержание учебного материала	2
	Речевой этикет. Речевой акт.	1
	Запрет сквернословия.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Речевое общение».	1
Тема 7.3. Риторика.	Содержание учебного материала	4
	Риторика как наука. Риторика в Древней Греции.	1
	Риторика в Древнем Риме. Ораторство в России.	1
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Правописание корней и приставок русского языка.	2
	Самостоятельная работа	1
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Риторика».	1
Консультации		4
Промежуточная аттестация		-

Bcero:	75

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Русский родной язык. 10-11 классы. Базовый уровень : учебник / О. М. Александрова, О. В. Загоровская, Ю. Н. Гостева [и др.]. – 2-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 274 с. – ISBN 978-5-09-124941-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2202261>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Добротина, И. Н. Русский родной язык. 10—11 класс. Базовый уровень. Практикум по учебно-исследовательской и проектной деятельности : учебное пособие разработанное в комплекте с учебником / И. Н. Добротина, Н. В. Киселева. – 2-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 65 с. – ISBN 978-5-09-127047-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2220301>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,

		но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач. «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.01 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ
ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Авторы программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.01 «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта»

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен освоить основной вид деятельности Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД	<i>Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта</i>
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Иметь практический опыт	анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; ведения учебной документации.
уметь	использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися; проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня.
знать	историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной

	тренировки в избранном виде спорта; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта; методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта; организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности; мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена; способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта; методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта; виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению; разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

1.2. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля

Всего часов – **1187**, в том числе в форме практической подготовки **633**.

Из них на освоение МДК – **935 часов**, в том числе, самостоятельная работа 173 часа.

Производственная практика - **252 часа**.

Форма промежуточной аттестации:

экзамен по модулю – экзамен в 6 семестре.

по МДК.01.01 – зачет с оценкой в 4,5 семестрах.

по производственной практике – зачет с оценкой в 6 семестре.

2. Структура и содержание профессионального модуля

2.1. Структура профессионального модуля

Коды профессиональных и общих компетенций	Наименования разделов профессионального модуля			Объем профессионального модуля, ак. час.							
		Суммарный объем нагрузки, час.	В т.ч. в форме практ. подготовки	Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем							Самостоя-тельная работа
				Обучение по МДК				Практики		Консультации	
				Всего	В том числе						
Промежут. аттест.	Лаборат. и практ. занятий	Курсовых работ (проектов)	Учебная		Производственная						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.1. - ПК 1.8. ОК 1. - ОК 12.	Раздел 1. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.	935	381	623	-	381	-	-	-	56	256
ПК 1.1. - ПК 1.8. ОК 1. - ОК 1.	ПП.01.01 Производственная практика.	252	252						252	-	-
ПК 1.1. - ПК 1.8. ОК 1. - ОК 12.	Экзамен по модулю.	-							-	-	-
	Всего:	1187	633	523	-	381	-	-	252	56	256

2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
Раздел 1. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.		935
МДК.01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов		623
Тема 1.1. Общие основы спортивной подготовки спортсменов.	Содержание учебного материала	34
	Основы теории адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов. Адаптация и проблемы рациональной подготовки спортсменов. Формирование срочной адаптации. Формирование долговременной адаптации.	8
	Энергообеспечение мышечной деятельности. Общая характеристика систем энергообеспечения. Алактатная система энергообеспечения. Лактатная система энергообеспечения. Аэробная система энергообеспечения.	8
	Моделирование и прогнозирование в системе подготовки спортсменов. Модели соревновательной деятельности. Модели подготовленности. Морфофункциональные модели.	8
	Основы управления в системе подготовки спортсменов. Цель, объект и виды управления. Этапное управление. Текущее управление. Оперативное управление.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Механизмы трех систем энергообеспечения мышечной деятельности: 1) анаэробно-алактатный; 2) анаэробно-лактатный; 3) аэробный.	2
	Практическое занятие. Механизмы энергообеспечения при выполнении соревновательного упражнения в избранном виде спорта в конкретной соревновательной дисциплине.	2
Тема 1.2. Основные стороны спортивной подготовки.	Содержание учебного материала	130
	Теоретическая подготовка спортсменов. История возникновения и развития избранного вида спорта. Правила соревнований. Воздействие тренировочных нагрузок на организм спортсмена. Методы тренировки. Гигиена, режим дня, основы правильного питания. Педагогический контроль и самоконтроль.	6
	Физическая подготовка спортсменов. Общая физическая подготовка. Специальная физическая	4

	подготовка. Соотношение общей и специальной физической подготовки в процессе многолетней подготовки спортсменов.	
	Техническая подготовка спортсменов. Спортивная техника и техническая подготовленность. Задачи, средства и методы технической подготовки. Основы методики совершенствования спортивной техники.	4
	Тактическая подготовка спортсменов. Спортивная тактика. Средства, виды и формы спортивной тактики. Тактические умения и навыки. Тактическое мышление. Основное содержание тактической подготовки.	4
	Психологическая подготовка спортсменов. Основные направления психологической подготовки. Формирование мотивации занятий спортом. Волевая подготовка. Идеомоторная тренировка. Управление предстартовыми состояниями спортсменов.	6
	Интегральная подготовка спортсменов. Задачи, средства и методы интегральной подготовки. Обеспечение слаженности и эффективности комплексного проявления всех сторон подготовленности спортсмена в успешной соревновательной деятельности в избранном виде спорта.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	102
	Практическое занятие. Комплекс упражнений для развития силовых способностей, скоростных способностей и специальной выносливости в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Задачи, средства и методы технической подготовки в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Основное содержание тактической подготовки в избранном виде спорта. Особенности практической реализации тактической подготовки в соревнованиях.	2
	Практическое занятие. Особенности волевой подготовки в избранном виде спорта. Особенности психорегулирующей тренировки в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Совершенствование физической подготовки спортсменов. Дальнейшее разностороннее развитие физических качеств, функциональных возможностей организма спортсменов, повышение общей работоспособности. Достижение и совершенствование приспособительных перестроек в организме спортсменов с учётом специфики соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Развитие и совершенствование специальной выносливости для успешного ведения соревновательной борьбы в конкретных соревновательных дисциплинах избранного вида спорта.	14
	Практическое занятие. Совершенствование технической подготовки спортсменов. Достижение высокой эффективности, стабильности и рациональной вариативности спортивной техники. Совершенствование структуры двигательных действий, их	20

	динамических и кинематических характеристик с учётом индивидуальных особенностей спортсменов. Анализ показателей технической подготовленности спортсмена в избранном виде спорта. Составление моделей обучения и совершенствование техническим действиям избранного вида спорта.	
	Практическое занятие. Совершенствование тактической подготовки спортсменов. Овладение основными элементами, приёмами и вариантами тактических действий в избранном виде спорта. Совершенствование тактического мышления. Изучение информации, необходимой для практической реализации тактической подготовленности. Практическая реализация тактической подготовленности.	18
	Практическое занятие. Психологическая подготовка спортсменов. Использование психотехник при обучении психической саморегуляции спортсменов на этапах спортивной специализации. Оказание срочной психологической помощи спортсменам в условиях соревнований. Психологическое сопровождение спортсмена в: учебном процессе; тренировочном процессе; соревновательной деятельности.	30
	Практическое занятие. Интегральная подготовка спортсменов. Обеспечение слаженности и эффективности комплексного проявления всех сторон подготовленности спортсмена в успешной соревновательной деятельности в конкретной соревновательной дисциплине избранного вида спорта на отборочных и главных соревнованиях.	6
	Практическое занятие. Спортивная тренировка. Определение особенностей средств, методов и форм спортивной тренировки в избранном виде спорта на основе анализа собственного опыта тренировочной и соревновательной деятельности.	6
	Тема 1.3. Содержание учебного материала	46
Микроструктура и мезоструктура процесса подготовки спортсменов.	Разминка в спорте. Общие основы построения разминки. Структура и содержание разминки. Особенности предсоревновательной разминки.	4
	Построение программ учебно-тренировочных занятий. Общая структура занятий. Основная педагогическая направленность занятий. Занятия избирательной и комплексной направленности. Нагрузка в занятии.	4
	Типы занятий и формы организации занятий. Типы занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные, контрольные. Формы организации занятий: фронтальная, групповая, индивидуальная, фронтальная, круговая, стационарная, свободная. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий.	6
	Анализ учебно-тренировочного занятия в спортивной школе. Основная целевая направленность анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий. Комплексный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия. Посещение учебно-тренировочного	6

		занятия. Хронограмма занятия и определение общей и моторной плотности занятия.	
		Построение программ микроциклов. Типы микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура микроциклов разных типов. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня.	6
		Построение программ мезоциклов. Построение программ мезоциклов. Типы мезоциклов: втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные, восстановительно-поддерживающие. Сочетание микроциклов в разных типах мезоциклов.	4
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	16
		Практическое занятие. Особенности учебно-тренировочного занятия для группы спортивного совершенствования в избранном виде спорта.	8
		Практическое занятие. Типы микроциклов в избранном виде спорта. Взаимосвязь тренировочных нагрузок в микроцикле.	4
		Практическое занятие. Типы мезоциклов подготовки квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта: 1) базовый; 2) контрольно-подготовительный; 3) соревновательный; 4) восстановительно-поддерживающий.	4
Тема Макроструктура процесса подготовки спортсмена.	1.4.	Содержание учебного материала	28
		Построение подготовки спортсменов в течение года. Структура годичной подготовки. Особенности построения годичной подготовки в различных видах спорта. Основы многоциклового построения годичной подготовки. Периодизация подготовки в отдельном макроцикле.	6
		Структура многолетнего процесса спортивного совершенствования. Общая структура многолетней подготовки и факторы, её определяющие. Особенности построения подготовки на различных этапах многолетнего совершенствования. Основные направления интенсификации подготовки в процессе многолетнего совершенствования. Динамика нагрузок и соотношение работы различной преимущественной направленности в процессе многолетнего спортивного совершенствования.	6
		Построение тренировки в олимпийских (четырёхлетних) циклах. Понятие о макроциклах. Построение подготовки спортсменов в течении года. Подготовительный период. Соревновательный период. Переходный период.	6
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	10
		Практическое занятие. Периоды: подготовительный, соревновательный и переходный.	6

		Годовое планирование для квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.	
		Практическое занятие. Структура многолетней подготовки в избранном виде спорта.	4
Тема 1.5. Экстремальные условия в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов.		Содержание учебного материала	40
		Среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия в системе подготовленности спортсменов. Адаптация человека к гипоксии. Работоспособность и спортивные результаты в горных условиях. Формы гипоксической тренировки. Срочная акклиматизация спортсменов при подготовке в горах. Реаклиматизация и деадаптация после возвращения с гор.	6
		Искусственная гипоксическая тренировка. Искусственная гипоксическая тренировка в системе подготовки спортсменов. Тренировка в горах и искусственная гипоксическая тренировка в системе подготовки спортсменов.	2
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	32
		Практическое занятие. Особенности адаптации человека к высотной гипоксии. Особенности реакклиматизации после возвращения с гор.	2
		Практическое занятие. Формирование срочных адаптационных реакций организма спортсменов. Формирование адаптационных реакций организма спортсменов под влиянием тренировочных занятий, с различными по величине нагрузками. Формирование адаптационных реакций организма спортсменов под влиянием тренировочных занятий избирательной направленности. Формирование адаптационных реакций организма спортсменов под влиянием тренировочных занятий комплексной направленности.	18
		Практическое занятие. Формирование долговременных адаптационных реакций организма спортсменов. Формирование долговременных адаптационных реакций спортсменов в подготовительном периоде под влиянием серий микроциклов. Формирование долговременных адаптационных реакций спортсменов в соревновательном периоде.	12
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Общие основы спортивной подготовки спортсменов. 2. Основные стороны спортивной подготовки. 3. Микроструктура и мезоструктура процесса подготовки спортсменов. 4. Макроструктура процесса подготовки спортсмена. 5. Экстремальные условия в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов.			117
Консультации			22
Промежуточная аттестация			-
Тема 1.6. Педагогический		Содержание учебного материала	34
		Особенности измерений в спорте. Спортивная метрология и измеряемые величины.	4

контроль в системе спортивной подготовки.	Важнейшие системы единиц, используемые в физической культуре и спорте. Особенности измерений в спорте.	
	Тестирование и измерения в спорте. Разновидность двигательных тестов. Надежность тестов. Информативность тестов. Оценка – унифицированный измеритель тестов и спортивных результатов. Нормы – основы сравнения результатов. Измерение качества.	4
	Основные свойства и показатели спортивной подготовки. Классификация свойств и показателей спортивной подготовленности. Спортивно-педагогические показатели. Показатели функциональной подготовленности. Показатель соревновательной надежности. Показатели личности спортсмена.	4
	Контроль физической подготовленности в избранном виде спорта. Оценка уровня развития: силовых способностей, скоростных способностей, выносливости, гибкости, координационных способностей.	6
	Контроль технической, тактической и психологической подготовленности в избранном виде спорта. Контроль: эффективности технической подготовленности, устойчивости техники к сбивающим факторам, разносторонности технической подготовленности.	4
	Контроль и анализ тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта. Контроль тренировочных нагрузок: величина нагрузок, преимущественная направленность нагрузок, объем и интенсивность нагрузок. Контроль соревновательных нагрузок: количество соревнований и соотношение соревнований различных видов (контрольных, подготовительных, отборочных, главных и др.), общее количество соревновательных стартов (игр, схваток, поединков).	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6
Тема 1.7. Спортивный отбор и спортивная ориентация в избранном виде спорта.	Практическое занятие. Типы силовых и скоростных способностей в соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Тесты для оценки уровня развития физических качеств. Тесты для оценки уровня развития общей и специальной выносливости в избранном виде спорта. Специфические показатели, позволяющие в совокупности оценить техническое мастерство спортсмена в избранном виде спорта. Характеристики основных составляющих тактического мастерства спортсмена в избранном виде спорта.	6
	Содержание учебного материала	146
	Спортивный отбор и спортивная ориентация на первом этапе многолетней подготовки для комплектования групп начальной подготовки. Возрастные границы приёма детей и подростков в группы начальной подготовки. Состояние здоровья, паспортный и биологический возраст. Морфофункциональные показатели. Комплексная оценка показателей при отборе детей.	6

Спортивный отбор и спортивная ориентация на втором этапе многолетней подготовки для комплектования учебно-тренировочных групп. Оценка состояния здоровья. Антропометрические измерения. Морфофункциональные обследования и анализ генетических факторов. Анализ свойств нервной системы.	6
Спортивный отбор и ориентация на третьем этапе многолетней подготовки для комплектования групп спортивного совершенствования. Оценка уровня развития физических качеств, возможностей систем энергообеспечения, совершенства спортивной техники, динамики спортивных результатов. Выявление способностей спортсмена к достижению высоких спортивных результатов в избранном виде спорта.	6
Спортивный отбор и ориентация на четвёртом этапе многолетней подготовки для комплектования групп высшего спортивного мастерства. Оценка морфофункциональных показателей для оценки возможностей спортсмена для достижения результатов международного класса в избранном виде спорта. Динамика и уровень спортивных результатов. Техничко-тактическая подготовленность и психологическая устойчивость в соревнованиях.	6
В том числе практических занятий и лабораторных работ	122
Практическое занятие. Критерии отбора в избранном виде спорта.	2
Практическое занятие. Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке: - выполнение контрольных нормативов по определению уровня развития скоростно-силовых качеств; - выполнение контрольных нормативов по определению уровня развития выносливости; - выполнение контрольных нормативов по определению уровня развития гибкости; - выполнение контрольных по специальной физической подготовке.	10
Практическое занятие. Выполнение необходимых процедур по определению физиологических показателей функциональной подготовленности.	8
Практическое занятие. Развитие и совершенствование физиологических функций, необходимых для освоения соревновательных упражнений и успешного ведения соревновательной борьбы в условиях сбивающих факторов и при различных функциональных состояниях.	20
Практическое занятие. Использование психологических средств восстановления: психорегуляторных, психорегулирующей тренировки, мышечной релаксации и др.	32
Использование медико-биологических средств восстановления: гигиенических, физических и др.	30
Практическое занятие. Выполнение контрольно-переводных нормативов.	10

	Практическое занятие. Диспансеризация.	10
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Педагогический контроль в системе спортивной подготовки. 2. Спортивный отбор и спортивная ориентация в избранном виде спорта.		56
Консультации		10
Промежуточная аттестация		-
Тема 1.8. Соревновательная деятельность в спорте.	Содержание учебного материала	42
	Результат соревновательной деятельности. Факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в различных видах спорта. Динамика мировых рекордов и спортивных результатов на Олимпийских играх в различных видах спорта.	6
	Стратегия и тактика соревновательной деятельности. Стратегия подготовки к конкретному соревнованию. Тактика соревновательной деятельности: алгоритмичная, вероятностная, эвристичная. Техничко-тактические действия спортсмена в соревнованиях.	10
	Техника соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники спортсмена. Сбивающие факторы в соревновательной деятельности спортсмена. Исходные и основные действия спортсмена в соревновательной деятельности.	8
	Структура соревновательной деятельности. Строение тела спортсмена и функциональные характеристики важнейших функциональных систем с учётом специфики вида спорта и конкретной соревновательной дисциплины. Основные компоненты соревновательной деятельности. Использование информации для обеспечения эффективных соревновательных действий.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	12
	Практическое занятие. Основные факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Анализ динамики результатов победителей Олимпийских игр и мировых рекордов.	2
	Практическое занятие. Стратегия подготовки к главному соревнованию в избранном виде спорта и тактика соревновательной деятельности в этих соревнованиях.	2
	Практическое занятие. Специфические особенности техники соревновательной деятельности в конкретной соревновательной дисциплине в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Структура соревновательной деятельности в конкретной соревновательной дисциплине в избранном виде спорта и охарактеризуйте возможные ошибки во внешней и внутренней структуре соревновательной деятельности.	2

Тема 1.9. Руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта.	Практическое занятие. Формирование долговременных адаптационных реакций спортсменов в годичном цикле.	2
	Практическое занятие. Достижение и совершенствование приспособительных перестроек в организме с учетом специфики соревновательной деятельности.	2
	Содержание учебного материала	34
	Моделирование соревновательной деятельности в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов. Учёт морфофункциональных показателей, основных сторон подготовленности и типологических свойств нервной системы при моделировании соревновательной деятельности конкретного спортсмена.	4
	Подготовка и соревнования в различных погодных условиях, в условиях высоких и низких температур. Адаптация, подготовка и выступление спортсмена в различных условиях соревнований.	4
	Управление соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта. Выделение и переработка необходимой информации в соревновательной деятельности. Определение алгоритма ведения соревновательной деятельности конкретного спортсмена. Оперативное управление соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	10
	Подготовка и эксплуатация в соревнованиях спортивного инвентаря и оборудования в избранном виде спорта. Специфические особенности подготовки и эксплуатации в соревнованиях спортивного инвентаря и оборудования в избранном виде спорта	4
	Специальная подготовка к соревнованиям. Основные принципы специальной подготовки к главным соревнованиям и составление плана на предстоящие соревнования. Основные психические формы предстартовых реакций и способы регулирования психического состояния и особенности разминки перед стартом.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Специфика избранного вида спорта. Основные мероприятия, обеспечивающие эффективную тренировочную и соревновательную деятельность в условиях высоких температур или низких температур (в различных климатогеографических условиях).	2
	Практическое занятие. Особенности технико-тактического, психологического и другого характера предстоящих главных соревнований в избранном виде спорта. Определение цели выступления в этих соревнованиях, учитывая возможности соперников, внешних условий соревнований и других факторов.	2
	Практическое занятие. Особенности и специфика подготовки спортивного инвентаря и оборудования для успешного выступления в конкретных условиях главных соревнований в	2

Тема 1.10. Внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов.	избранном виде спорта.	
	Практическое занятие. Роль тренера. Определение основных принципов подготовки к главным соревнованиям в избранном виде спорта. План подготовки к соревнованиям.	2
	Содержание учебного материала	137
	Средства восстановления и стимуляция работоспособности в системе подготовки спортсменов. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности. Основные направления использования средств управления работоспособностью и восстановительными процессами. Планирование средств восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки.	6
	Питание и пищевые добавки в системе подготовки спортсменов. Общие основы рационального питания спортсменов. Потребление углеводов, белков, жиров. Витамины, минералы, стимуляторы растительного происхождения. Питание и масса тела.	6
	Допинговые средства и методы и противодействие использованию допингов. Запрещённые вещества и методы: стимуляторы, наркотические анальгетики, анаболические стероиды, диуретики, пептидные гормоны, бета-блокаторы, кровяной допинг. Противодействие использованию допинговых средств и методов в спорте.	8
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	117
	Практическое занятие. Основные педагогические и психологические средства восстановления, которые могут применяться в системе подготовки спортсменов.	2
	Практическое занятие. Медико-биологические средства восстановления, которые могут применяться в системе подготовки спортсменов.	2
	Практическое занятие. Соотношение углеводов, жиров и белков в рационе питания. Основные пищевые продукты в рационе.	2
	Практическое занятие. Витамины и минеральные вещества как внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки в спортивной специализации.	2
	Практическое занятие. Анализ документов, регламентирующих соревновательную деятельность в избранном виде спорта.	6
	Практическое занятие. Анализ функций судей в обеспечении соревнований по избранному виду спорта.	6
	Практическое занятие. Заполнение документов, обеспечивающих проведение соревнований в избранном виде спорта.	12
	Практическое занятие. Анализ системы соревнований в избранном виде спорта.	8
	Практическое занятие. Анализ методических подходов к организации соревновательной деятельности спортсменов в избранном виде спорта.	10

	Практическое занятие. Определение роли и функций тренера в процессе руководства деятельностью спортсмена в соревнованиях (анализ соревновательных ситуаций).	4
	Практическое занятие. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию.	8
	Практическое занятие. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований.	4
	Практическое занятие. Участие в контрольных соревнованиях в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки.	10
	Практическое занятие. Участие в подготовительных соревнованиях в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки.	10
	Практическое занятие. Участие в подводящих соревнованиях в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки.	10
	Практическое занятие. Участие в отборочных соревнованиях в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки.	10
	Практическое занятие. Участие в главных соревнованиях в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки.	11
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Соревновательная деятельность в спорте. 2. Руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта. 3. Внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов.		83
Консультации		24
Промежуточная аттестация		-
Производственная практика (по профилю специальности) Виды работ 1. Изучение инструкций по технике безопасности, охране труда. 2. Ознакомление с организацией: - ознакомиться со структурой организации, материально-спортивной базой ДЮСШ. - ознакомиться с распорядком дня прохождения практики. - составить индивидуальный план работы на период практики. 3. Составление документов планирования учебно-тренировочного процесса: - составлять документы планирования учебно-тренировочного процесса для конкретной группы спортсменов ДЮСШ: - разрабатывать конспекты учебно-тренировочных занятий в соответствии с поставленными задачами;		252

- составлять план учебно-тренировочных занятий на каждую неделю (микроцикл) для спортсмена (группы). - создавать и оформлять документы планирования по организации и проведению соревнований. 4. Проведение тренировочных занятий. Проведение учебно-тренировочных занятий с группой спортсменов: - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий. - строить учебно-тренировочные занятия с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся. 5. Педагогическое наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочного занятия, обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, тренерами и преподавателями: - посещать учебно-тренировочные занятия и проводить наблюдение и анализ. - использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий. - оценивать процесс и результаты тренировочной деятельности. - определять физические нагрузки на занятия (пульсометрия), составлять график нагрузки и анализ пульсовых данных. - исследовать уровень тактической и технической подготовленности спортсмена. - сформулировать выводы и предложения по совершенствованию учебно-тренировочного процесса. 6. Участие в судействе соревнований: - принимать участие в организации, проведении и судействе соревнований. 7. Предоставление дневника по практике и других необходимых документов. Публичная защита отчета по практике.	
Промежуточная аттестация (экзамен по модулю)	-
Всего:	1187

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет теории и методики организации физкультурно-спортивной работы): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, РЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Спортивный зал: спортивный инвентарь по игровым видам; гимнастическое оборудование (перекладина, брусья, канат подвесной, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик деревянный, маты гимнастические, мяч набивной, скамейка гимнастическая, канат для перетягивания, скакалки, обручи); легкоатлетический инвентарь (флажки судейские, гранаты учебные, эстафетные палочки, секундомер); оборудование и инвентарь для спортивных игр (шашки, насос механический, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, сетки волейбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, мячи футбольные, иглы для мячей, столы для настольного тенниса, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса); видеоаппаратура, аудиоаппаратура. Открытые спортивные площадки.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 390 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17727-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562216>

2. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Ермаковича. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 100 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17874-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533884>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебник для среднего профессионального образования / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 147 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11158-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566284>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия	

спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач; «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия	

соревновательную деятельность спортсменов.	1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по профессиональному модулю представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Авторы программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения»

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен освоить основной вид деятельности Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД	<i>Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения</i>
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Иметь практический опыт	анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуры и спорта; анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию; определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения; наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений.
уметь	использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; использовать основные приемы массажа и самомассажа.
знать	требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;

технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
 методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
 методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
 технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
 основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
 виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
 технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
 основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
 виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
 значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
 средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
 дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
 показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
 основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
 методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
 понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
 основные виды и приемы массажа.

1.2. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля

Всего часов – **1429**, в том числе в форме практической подготовки **516**.

Из них на освоение МДК – **1249 часов**, в том числе, самостоятельная работа 302 часа.
 Производственная практика - **180 часов**.

Форма промежуточной аттестации:

экзамен по модулю – экзамен в 8 семестре.

по МДК.02.01 – зачет с оценкой в 4, зачет в 5,6 семестрах.

по МДК.02.02 – зачет с оценкой в 6, зачет в 7 семестре, курсовая работа в 8 семестре.

по МДК.02.03 – зачет в 6,7 семестрах.

по производственной практике – зачет с оценкой в 8 семестре.

2. Структура и содержание профессионального модуля

2.1. Структура профессионального модуля

Коды профессиональных и общих компетенций	Наименования разделов профессионального модуля			Объем профессионального модуля, ак. час.							
		Суммарный объем нагрузки, час.	В т.ч. в форме практ. подготовки	Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем							Самостоя- тельная работа
				Обучение по МДК				Практики			
				Всего	В том числе			Учебная	Производственная		
Промеж. аттест.	Лаборат. и практ. занятий	Курсовых работ (проектов)	Консультации								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 2.1. - ПК 2.6. ОК 1. - ОК 10.	Раздел 1. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки.	538	164	359	-	164	-	-	-	42	137
ПК 2.1. - ПК 2.6. ОК 1. - ОК 10.	Раздел 2. Организация физкультурно-спортивной работы.	471	106	314	-	106	12	-	-	44	113
ПК 2.1. - ПК 2.6. ОК 1. - ОК 10.	Раздел 3. Лечебная физическая культура и массаж.	240	66	160	-	66	-	-	-	28	52
ПК 2.1. - ПК 2.6. ОК 1. - ОК 10.	ПП.02.01 Производственная практика (по профилю специальности).	180	180						180	-	-
ПК 2.1. - ПК 2.6. ОК 1. - ОК 10.	Экзамен по модулю.	-							-	-	-
	Всего:	1429	516	833	-	336	12	-	180	114	302

2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
Раздел 1. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки.		538
МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки		359
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Введение. Роль и место профессионального модуля в профессиональной подготовке специалистов, профессиональные компетенции, междисциплинарные связи. Содержание курса.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.1. Гимнастика в системе физического воспитания.	Содержание учебного материала	4
	Место гимнастики в системе физического воспитания. Значение гимнастики в системе физической культуры и спорта. Общие и частные задачи гимнастики. История развития гимнастики. Виды гимнастики и их классификация. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение гимнастики. Гимнастические залы, оборудование и инвентарь. Использование музыкального сопровождения на занятиях гимнастики. Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях гимнастики. Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий. Страховка и самостраховка.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.2. Гимнастическая терминология.	Содержание учебного материала	6
	Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Способы образования терминов. Собираательные и конкретные термины. Правила, формы и принятые сокращения при описании гимнастических упражнений. Правила записи упражнений на снарядах, вольных акробатических и художественной гимнастики. Применение терминологии во время занятий. Ознакомление с учебным материалом по гимнастике в программах для общеобразовательной школы. Виды гимнастики: спортивная, художественная, ритмическая,	4

	акробатика, калланетика, стрейчинг, аэробика, шейпинг.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Запись гимнастических положений по показу, по рассказу, конструирование упражнений. Составить гимнастический комплекс. Описать его текстовым и графическим способами.	2
Тема 1.3. Основы обучения гимнастическим упражнениям: строевые упражнения.	Содержание учебного материала	4
	Обучение гимнастическим упражнениям. Цели и задачи обучения. Этапы обучения. Технологическая схема обучения гимнастическим упражнениям. Практические действия (приемы) помощи и страховки. Строевые упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью строевых упражнений. Классификация строевых упражнений: строевые приемы; построения и перестроения; повороты и передвижения; размыкания и смыкания. Основные понятия: строй, фланг, фронт, шеренга, интервал, колонна, дистанция, команды, распоряжения.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обучение строевым упражнениям: строевым приемам, построениям и перестроениям, поворотам и передвижениям, движению в обход, противоходом, перемене направления движения колонны, размыканиям и смыканиям.	2
Темы 1.4. Основы техники упражнений на снарядах.	Содержание учебного материала	2
	Характеристика упражнений на снарядах. Статические и силовые упражнения. Маховые упражнения. Общие физические закономерности маховых движений. Меры предупреждения травм при занятиях спортивной гимнастикой.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.5. Обучение общеразвивающим и прикладным упражнениям.	Содержание учебного материала	8
	Общеразвивающие упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвивающих упражнений. Классификация общеразвивающих упражнений. Конструирование общеразвивающих упражнений. Методические рекомендации по составлению разминочных комплексов на уроках гимнастики требования к его проведению. Обучение и способы проведения общеразвивающих упражнений, методы организации, методические приемы, варианты размещения группы, исправление ошибок. Способы регулирования нагрузки при выполнении общеразвивающих упражнений (количество повторений, темп выполнения). Амплитуда движения, характер движений, продолжительность интервалов отдыха между упражнениями, исходные положения. Прикладные упражнения. Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Классификация прикладных упражнений.	4

	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Составление комплексов упражнений на: растягивание, расслабление, осанку, координацию, дыхание, с предметами, на тренажерах, в парах, в движении.	2
	Практическое занятие. Овладение комплексами общеразвивающих упражнений раздельным, проходным, поточным, игровым способом, вдвоем, в сопротивлении, в сцеплении.	2
Тема 1.6. Обучение акробатическим упражнениям.	Содержание учебного материала	6
	Акробатические упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. Техника прыжковых и балансовых упражнений. Акробатические соединения. Парная акробатика. Обучение и способы проведения акробатических упражнений.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обучение технике прыжковых упражнений: группировкам, перекатам, кувыркам, переворотам, сальто, прыжкам на батуте; балансовых: шпагату, мосту, равновесию, стойкам, парным и групповым упражнениям.	2
Тема 1.7. Обучение упражнениям художественной гимнастики.	Содержание учебного материала	4
	Упражнения художественной гимнастики. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью хореографических упражнений. Классификация упражнений художественной гимнастики.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обучение и способы проведения упражнений художественной гимнастики: пружинные движения, волны и волнообразные движения, взмахи, ходьба и бег, прыжки, равновесия, повороты, упражнения с предметами.	2
Тема 1.8. Обучение хореографическим упражнениям.	Содержание учебного материала	4
	Хореографические упражнения. Разновидности ходьбы, прыжков, поворотов, равновесий.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Позиции ног, рук. Методика обучения хореографическим упражнениям. Элементы народного танца.	2
Тема 1.9. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике.	Содержание учебного материала	4
	Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике. Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков. Планирование учебной и физкультурно-оздоровительных мероприятий по гимнастике в общеобразовательной школе, физкультурно-оздоровительных группах. Педагогический	4

	контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.10. Организация, проведение и анализ урока гимнастики. Документация.	Содержание учебного материала	6
	Урок гимнастики. Структура урока гимнастики. Задачи и содержание частей урока. Методы и формы организации и проведения урока по гимнастике с учетом возрастных особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока гимнастики. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока гимнастики.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Подбор упражнений для каждой части урока. Составление плана-конспекта частей урока гимнастики. Планирование, педагогический контроль, организация урока гимнастики.	2
Тема 1.11. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий по гимнастике.	Содержание учебного материала	6
	Массовые гимнастические выступления. Структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений. Виды и характеристика соревнований. Документы для проведения соревнований: положение, рабочие документы, график соревнований, заявки, список участников, протоколы. Система оценки. Содержание программы соревнований. Материально-техническое обеспечение соревнований. Методика проведения массовых гимнастических выступлений. Методика проведения массовых гимнастических выступлений в помещении и на открытой площадке. Составление сценарного плана массовых гимнастических выступлений. Методика проведения соревнований по гимнастике. Особенности организации и судейства соревнований.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка сценария спортивно-массового мероприятия. Правила соревнований по гимнастике.	2
Тема 1.12. Основы оздоровительной тренировки в гимнастике.	Содержание учебного материала	4
	Построение оздоровительной тренировки по гимнастике. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка плана оздоровительной тренировки по различным видам гимнастики (по выбору студента: пилатес, стретчинг, йога, калланетика).	2
Тема 1.13. Оздоровительная	Содержание учебного материала	10
	Характеристика, основные требования к организации и проведению занятий ритмической	8

гимнастика и методика обучения гимнастическим упражнениям. Ритмическая гимнастика. Атлетическая гимнастика.	гимнастикой. Допустимые нагрузки. Противопоказания к занятиям. Методика составления упражнений с музыкальным сопровождением. Понятие о культуре движений при занятиях ритмической гимнастикой. Составление комплексов ритмической гимнастики для различных категорий занимающихся. Противопоказания к занятиям ритмической гимнастикой. Совершенствование выполнения упражнений ритмической гимнастики. Атлетическая гимнастика. Понятие о культуре движений при занятиях атлетической гимнастикой. Оборудование и инвентарь для занятий атлетической гимнастикой. Составление комплексов атлетической гимнастики для различных категорий занимающихся. Противопоказания к занятиям атлетической гимнастикой. Совершенствование выполнения упражнений атлетической гимнастики.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Комплекс упражнений с гантелями. Комплекс упражнений с гирями. Упражнения на тренажерах для спины и пресса, для верхнего плечевого пояса и ног.	2
Тема 1.14. Стретчинг.	Содержание учебного материала	6
	Упражнения для мышц спины, пресса, ног, рук, шеи. Обучение технике выполнения упражнений. Упражнения для расслабления.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Подбор упражнений для растяжки различных групп мышц.	2
	Практическое занятие. Составление конспекта комплекса упражнений стретчинга.	2
Тема 1.15. Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта.	Содержание учебного материала	4
	Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. Структура и содержание предмета. Предмет и задачи дисциплины. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Основные понятия и терминология. Техника безопасности в ходе проведения занятий по легкой атлетике. Легкая атлетика как вид спорта. Легкая атлетика как средство повышения физической подготовленности. История возникновения и основные этапы развития легкой атлетики.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.16. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Содержание учебного материала	4
	Общеразвивающие и специальные упражнения по легкой атлетике. Значение общеразвивающих и специальных упражнений для занятий легкой атлетикой. Подбор упражнений и составление комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для разных видов легкой атлетики.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-

Тема 1.17. Техника легкоатлетических видов.	Содержание учебного материала	22
	Легкоатлетические виды спорта. Последовательность изучения видов бега, прыжков и метаний. Этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Структура урока легкой атлетики. Задачи и содержание частей урока. Ходьба, бег. Основы техники ходьбы и бега. Основы техники спортивной ходьбы и бега. Ходьба и бег как естественные способы передвижения человека. Сходство и различие между ходьбой и бегом. Фазы спортивной ходьбы и бега, цикличность движений. Периоды и фазы движений в цикле. Отталкивание – основная фаза в ходьбе и беге. Анализ техники бега на различные дистанции. Факторы, влияющие на результат в беге.	2
	Прыжки. Основы техники прыжков. Прыжок как естественный способ преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Траектория общего центра тяжести тела прыгуна в полете. Характеристика различных способов прыжков в высоту и длину.	2
	Метания. Основы техники метаний. Метание как способ перемещения снаряда в пространстве. Виды легкоатлетических метаний. Особенности техники метаний (броском, толчком, с поворотом.) Фазы метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда. Влияние формы, размеров и вращательного движения снаряда на дальность полета.	2
	Техника безопасности и профилактика травматизма при занятиях легкой атлетикой. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий легкой атлетикой Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий. Требования к занимающимся. Частные меры безопасности.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	14
	Практическое занятие. Общеразвивающие и специальные упражнения. Значение общеразвивающих и специальных упражнений для занятий легкой атлетикой. Место общеразвивающих и специальных упражнений в уроке легкой атлетики. Подбор упражнений и составление комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для разных видов легкой атлетики.	2
	Практическое занятие. Спортивная ходьба. Особенности техники. Зависимость скорости передвижения от длины и частоты шагов. Движения таза вокруг вертикальной оси. Фаза передней опоры. Продвижение на выпрямленной опорной ноге. Положение туловища. Работа рук. Ходьба по равнинной и пересеченной местности. Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по спортивной ходьбе.	2
	Практическое занятие. Бег на средние дистанции и по пересеченной местности. Зависимость	2

	скорости бега от длины и частоты шагов. Фазы отталкивания, полета, опоры. Положение туловища. Работа рук. Высокий старт и стартовый разгон. Бег по повороту. Финиширование. Особенности техники бега по пересеченной местности. Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по бегу на средние дистанции и кроссовому бегу.	
	Практическое занятие. Бег на короткие дистанции. Зависимость скорости бега от длины и частоты шагов. Разновидности низкого старта и их характеристика. Стартовый разгон и его особенности. Бег 6 13 по дистанции и динамика скорости. Положение туловища. Работа рук. Прямолинейность бега. Основные фазы бегового шага. Финиширование. Особенности техники бега по повороту. Особенности техники старта на повороте. Бег на короткие дистанции в целом. Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по бегу на короткие дистанции.	2
	Практическое занятие. Эстафетный бег. Виды эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки. Особенности техники старта на этапах эстафетного бега. Определение контрольной отметки в зависимости от скорости бегунов. Эстафетный бег в целом. Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по эстафетному бегу.	2
	Практическое занятие. Прыжки в длину. Прыжки в длину с разбега способами: «согнув ноги»; «прогнувшись»; «ножницы». Тройной прыжок с разбега Длина разбега. Особенности последних шагов разбега. Характеристика фазы отталкивания. Разбег в сочетании с отталкиванием. Движения в фазе полета в зависимости от способов прыжков. Приземление. Особенности разбега в тройном прыжке. Основные фазы в тройном прыжке: «скачок», «шаг», «прыжок». Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по прыжкам в длину и тройному прыжку.	2
	Практическое занятие. Метание малого мяча, гранаты, копья, диска. Способы держания снаряда. Характеристика фаз: разбега, обгона снаряда, финального усилия и сохранения равновесия. Демонстрация техники на оценку. Правила соревнований по метаниям.	2
Тема 1.18. Организация, проведение соревнований по легкой атлетике.	Содержание учебного материала	6
	Организация и проведение соревнований. Виды соревнований. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Составление положения о соревновании. Распределение видов легкой атлетики в программе соревнований по дням. Последовательность их проведения в течение дня. Судейская коллегия в соревнованиях по легкой атлетике. Организация работы и формирование судейских бригад по бегу, прыжкам и метаниям. Документация соревнований.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Правила соревнований по легкой атлетике.	2
Тема 1.19. Методика	Содержание учебного материала	16

обучения технике легкоатлетических видов.	Методы, средства и задачи обучения технике легкоатлетических видов. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники легкоатлетических видов спорта. Анализ, ошибки и оценка выполнения техники движений. Формы занятий. План-программа обучения легкоатлетическим видам (цели, задачи, средства, организационно-методические мероприятия, типичные ошибки, причины ошибок, исправления ошибок).	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	12
	Практическое занятие. Методика обучения технике спортивной ходьбе.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике эстафетного бега.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега способами согнув ноги, ножницы, прогнувшись. Тройной прыжок.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике метания малого мяча (гранаты, копья) с места и разбега.	2
Тема 1.20. Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики.	Содержание учебного материала	6
	Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, применяемые на занятиях легкоатлетов. Дозирование нагрузок. Оценка уровня двигательной подготовленности занимающихся. Контрольные тесты-упражнения.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами легкой атлетики: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости.	2
Тема 1.21. Организация, проведение и анализ урока (занятий) легкой атлетикой с различными возрастными группами занимающихся. Документация.	Содержание учебного материала	14
	Структура урока (занятия) легкой атлетики. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока легкой атлетики. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока (занятий) по легкой атлетике.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Проведение и анализ частей урока по легкой атлетике.	4
	Практическое занятие. Просмотр и анализ урока (занятия) по легкой атлетике.	4
Тема 1.22.	Содержание учебного материала	8

Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Документация.	Планирование учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Виды планирования. Методическая последовательность планирования. Характеристика документов планирования: учебного плана, учебной программы, плана-графика учебного процесса, рабочего (тематического) плана, расписания занятий, планов-конспектов уроков (занятий). Педагогический контроль учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий по легкой атлетике в общеобразовательной школе, физкультурно-оздоровительных группах, спортивных секциях. Организация педагогического контроля на занятиях легкой атлетикой.	2
	Практическое занятие. Составление конспекта урока (занятия) по легкой атлетике.	2
Тема 1.23. Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики.	Содержание учебного материала	10
	Оздоровительная ходьба, бег. Характеристика оздоровительной ходьбы и бега. Основные принципы организации и методики занятий оздоровительной ходьбой и оздоровительным бегом. Способы регулирования нагрузки. Физиологические показатели роста тренированности занимающихся оздоровительной ходьбой и бегом. Оценка физической подготовленности людей разного возраста по результатам 12-минутного бегового теста. Факторы, повышающие эффективность оздоровительной ходьбы и бега. Построение оздоровительной тренировки по оздоровительной ходьбе и бегу. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Основы оздоровительной тренировки в легкой атлетике.	2
	Практическое занятие. Составление индивидуальной программы занятий оздоровительным бегом с учетом возраста и функционального состояния.	2
Тема 1.24. Введение в предмет. Подвижные игры в педагогической практике.	Содержание учебного материала	4
	История и этапы развития игры. Понятие об игровой деятельности. Цель и задачи подвижных игр. Подвижные игры как вид спортивной деятельности. Техника безопасности в подвижных играх. Специфические особенности подвижных игр и их отличие от спортивных. Подвижные игры в педагогической практике. Педагогические задачи, решаемые с помощью подвижных игр: оздоровительные, образовательные и воспитательные. Подвижные игры как средство и метод обучения, развития двигательных и воспитания морально-волевых качеств. Классификация формы организации подвижных игр.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.25. Методика	Содержание учебного материала	10

проведения подвижных игр с детьми разного возраста.	Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом возрастных особенностей детей. Технологии обучения и организации занятий подвижными играми с различным контингентом занимающихся. Организация и проведения занятий по подвижным играм: цели, задачи, планирование и учет учебно-тренировочного процесса. Основные виды учета и критерии оценок. Организация и методика проведения подвижных игр для каждой возрастной группы.	2
	Методики проведения подвижных игр с детьми от 1 до 3 лет, с 3 до 6 лет. Особенности организма ребенка от 1 до 3 лет, с 3 до 6 лет. Примерные подвижные игры для детей 1 до 3 лет, с 3 до 6 лет. Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся младших классов. Содержание программного материала по подвижным играм для учащихся 1-4 классов. Примерные подвижные игры для учащихся 1-4 классов.	2
	Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 4-6 классов. Содержание программного материала по подвижным играм для учащихся 4-6 классов. Примерные подвижные игры для учащихся 4-6 классов. Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 7-9 классов. Содержание программного материала по подвижным играм для учащихся 7-9 классов. Примерные подвижные игры для учащихся 7-9 классов.	2
	Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 10-11 классов. Содержание программного материала по подвижным играм для учащихся 10-11 классов. Примерные подвижные игры для учащихся 10-11 классов. Особенности организации и проведения подвижных игр на переменах.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Проведение подвижных игр с различным контингентом занимающихся.	2
Тема 1.26. Подвижные игры в тренировочном процессе по избранному виду спорта.	Содержание учебного материала	6
	Организация и проведение подвижных игр в тренировочном цикле для различных видов спорта. Подбор игр в зависимости от особенностей вида спорта, педагогических задач, контингента и условий проведения. Игры для воспитания различных физических качеств. Игры, способствующие овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (баскетбол, волейбол, легкая атлетика).	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Игры, способствующие овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (футбол, плавание, лыжный спорт).	2
Тема 1.27. Организация проведения	Содержание учебного материала	4
	Особенности организации и проведения соревнований по подвижным играм. Основы	2

соревнований по подвижным играм.	судейства.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление положения о проведении соревнований.	2
Тема 1.28. Оздоровительное значение подвижных игр.	Содержание учебного материала	3
	Подвижные игры как средство оздоровления. Подвижные игры в детских оздоровительных лагерях.	1
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Подвижные игры на переменах, физкультминутках. Подвижные игры в детских оздоровительных лагерях.	2
Тема 1.29. Баскетбол как учебная дисциплина и вид спорта.	Содержание учебного материала	4
	Баскетбол. Предмет и задачи. Краткие исторические сведения. Основные понятия о баскетболе. Классификация техники и тактики игры. Терминология баскетбола. Места проведения занятий, оборудование и инвентарь и требования к ним. Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях баскетбола.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.30. Техника двигательных действий в баскетболе.	Содержание учебного материала	8
	Техника двигательных действий и тактика игры в баскетболе.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Техника двигательных действий в нападении. Перемещения: стойки, ходьба, бег. Прыжки в высоту с места и в движении. Остановки шагом, прыжком. Повороты вперед, назад. Владение мячом: ловля мяча двумя руками, одной рукой на месте и в движении. Ловля мяча на различной высоте. Передача мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу, одной рукой от плеча, сбоку, скрытые передачи. Передачи на месте, в движении, в прыжке. Передача с сопротивлением защитника. Броски: с места одной и двумя руками от груди, от плеча, от головы, в прыжке, в движении. Броски с сопротивлением. Добивание. Ведение мяча: на месте, в движении. Переменно правой, левой. Ведение с изменением направления, скорости и высоты отскока. Ведение с сопротивлением. Финты. Заслоны.	2
	Практическое занятие. Техника двигательных действий в защите. Перемещения: стойки, ходьба, бег, передвижения приставным шагом в стороны, вперед, назад, бег спиной вперед. Овладение мячом, противодействия: вырывания, выбивания мяча из рук и при ведении. Перехват: накрывание при бросках. Овладение мячом, отскочившим от щита.	2
	Практическое занятие. Тактика игры в нападении и защите. Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия с мячом и без мяча. Взаимодействие двух игроков. Взаимодействие трех игроков. Командная тактика нападения. Тактика игры в защите.	2

	Индивидуальная тактика против игрока без мяча и с мячом. Групповая тактика - подстраховка, переключение, проскальзывание. Командная тактика - зонная защита, личная защита (прессинг).	
Тема 1.31. Методика обучения технико-тактическим двигательным действиям в баскетболе.	Содержание учебного материала	18
	Основы обучения двигательным действиям в баскетболе. Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Типовая схема обучения двигательным действиям. Средства и методы обучения технико-тактическим двигательным действиям в баскетболе. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	14
	Практическое занятие. Методика обучения технике двигательных действий в нападении.	4
	Практическое занятие. Методика обучения технике двигательных действий в защите.	4
	Практическое занятие. Методика обучения тактике игры в защите и нападении.	4
	Практическое занятие. Составление комплексов упражнений по развитию физических качеств средствами баскетбола: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости (по заданию преподавателя).	2
Тема 1.32. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Основы судейства в баскетболе. Документация.	Содержание учебного материала	6
	Виды и характер соревнований по баскетболу. Изучение судейства и организации соревнований по баскетболу. Деятельность судейской коллегии по баскетболу. Правила соревнований по баскетболу. Документы для проведения соревнований.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Организация и проведение соревнований, их классификация. Правила соревнований. Документы для проведения соревнований (положение о соревнованиях, календарный план, сроки и порядок подачи заявок, протоколы, карточки участников). Организация и судейство соревнований по баскетболу. Судейская коллегия и их обязанности. Судейские жесты. Месторасположения, права, обязанности судей.	2
Тема 1.33. Планирование педагогического контроля учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу.	Содержание учебного материала	6
	Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу. Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков. Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу в общеобразовательной школе, спортивной секции. Педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2

	Практическое занятие. Разработка поурочного плана по баскетболу.	1
	Практическое занятие. Разработка плана-конспекта урока баскетбола.	1
Тема 1.34. Организация, проведение и анализ занятий по баскетболу в школе и спортивной секции. Документация.	Содержание учебного материала	6
	Структура урока (занятия) баскетбола. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по баскетболу с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока (занятия) баскетбола. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока (занятий) по баскетболу.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Проведение частей урока баскетбола и их анализ.	2
Тема 1.35. Основы оздоровительной тренировки в баскетболе.	Содержание учебного материала	4
	Факторы, обеспечивающие оздоровительную направленность занятий баскетболом.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка плана оздоровительной тренировки по баскетболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя.	2
Тема 1.36. Футбол как вид спорта.	Содержание учебного материала	4
	История и основные этапы развития футбола. Терминология. Классификация и анализ техники игровых приемов в нападении и защите. Места занятий, инвентарь и оборудование. Организация и проведение соревнований по футболу. Меры безопасности при занятиях футболом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий футболом.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.37. Техника двигательных действий в футболе. Основные правила соревнований по футболу.	Содержание учебного материала	6
	Техника двигательных действий в футболе. Техника нападения. Техника защиты. Тактика нападения. Тактика защиты. Основные правила соревнований по футболу.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Техника нападения. Перемещения. Владение мячом: удары по мячу ногой, головой, остановки мяча. Техника защиты. Ведение мяча. Вбрасывание мяча. Отбор мяча. Приемы игры вратаря. Правила соревнований по футболу.	2
	Практическое занятие. Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Групповые действия. Взаимодействия двух, трех и более игроков. Командные действия. Учебные игры: 1-4-2-4, 1-4-4-2, 1-4-3-3. Тактика защиты. Индивидуальные действия.	2

	Опека игрока, владеющего мячом. Групповые и командные действия.	
Тема 1.38. Методика обучения двигательным действиям и развития физических качеств в футболе.	Содержание учебного материала	6
	Методика обучения технике двигательных действий футболиста в нападении. Методика обучения технике двигательных действий футболиста в защите.	2
	Методика обучения технико-тактическим действиям в футболе. Судейство в двусторонней игре в футбол.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств средствами футбола.	2
Тема 1.40. Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация.	Содержание учебного материала	4
	Планирование занятий по футболу. Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков (занятий). Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательной школе, спортивной секции. Педагогический контроль занятий по футболу. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.41. Основы оздоровительной тренировки в футболе.	Содержание учебного материала	6
	Футбол – самая популярная игра. Доступность игры. Влияние занятий футболом на дыхательную, сердечно-сосудистую, сенсорные системы организма. Дозирование и педагогический контроль нагрузки на занятиях футболом. Построение оздоровительной тренировки по футболу. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	5
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1
	Практическое занятие. Разработка плана оздоровительной тренировки по футболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя.	1
Тема 1.42. Волейбол как учебная дисциплина и вид спорта.	Содержание учебного материала	6
	История развития волейбола. Основные понятия о волейболе. Классификация техники и тактики игры. Основные понятия и терминология волейбола. Места проведения занятий, оборудование и инвентарь и требования к ним. Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях волейболом.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Контроль и самоконтроль на занятиях по волейболу. Правила игры. Классификация техники нападения и	2

	защиты. Подготовка к игре. Проверка надежности установки и крепления стоек, сетки и другого спортивного оборудования. Проверка состояния и отсутствия посторонних предметов на полу или спортивной площадке. Проведение разминки.	
Тема 1.43. Техника двигательных действий в волейболе.	Содержание учебного материала	8
	Техника игры. Методика обучения игры. Изучение техники и методики обучения игры в нападении – техники перемещений, приема и передачи мяча. Изучение техники и методики обучения подачи и нападающего удара. Изучение техники и методики обучения игры в защите, приема и блокировании ударов. Основы тактики игры. Изучение основ тактики игры. Обучение приемам индивидуальных, групповых и командных действий в игре.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Техника нападения. Стойки, перемещения, остановки волейболиста. Передача мяча сверху двумя руками на месте, в движении, стоя лицом и спиной в направлении передачи. Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая. Нападающие удары: прямой по ходу, с переводом. Техника защиты. Блокирование: одиночное и групповое.	2
	Практическое занятие. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии, задней линии. Командные действия. Система игры в нападении игроком передней и задней линий. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействия игроков передней и задней линии при приеме подачи нападающих ударов при блокировании и страховке. Командные действия. Система игры в защите углом вперед и углом назад. Демонстрация технико-тактических действий.	2
Тема 1.44. Организация и проведение соревнований по волейболу. Основы судейства в волейболе. Документация.	Содержание учебного материала	6
	Виды и характер соревнований по волейболу. Организация и проведение соревнований, их классификация. Документы для проведения соревнований (положение о соревнованиях, календарный план, сроки и порядок подачи заявок, протоколы, карточки участников). Правила соревнований по волейболу. Способы проведения соревнований по волейболу. Деятельность судейской коллегии по волейболу. Судейские жесты: аут, поле, конец партии, замена, переход, ошибка на линии.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Судейство учебных игр. Разбор правил игры и методика судейства, подача команд и распоряжений, обязанности судейской бригады, игровые упражнения с включением основных приемов игры. Первый судья, второй судья, секретарь, судья на вышке, судьи на линиях: месторасположения, права, обязанности. Правила соревнований по волейболу.	2
Тема 1.45. Методика	Содержание учебного материала	6

обучения технике двигательных действий в волейболе и развития физических качеств.	Волейбол как средство развития физических качеств. Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, прыгучести, быстроты реакции и перемещений, скоростной, прыжковой, игровой выносливости; акробатической и прыжковой ловкости.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Основы обучения двигательным действиям в волейболе. Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Типовая схема обучения двигательным действиям. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.	2
	Практическое занятие. Методика обучения технике двигательных действий в нападении по волейболу. Методика обучения технике двигательных действий в защите по волейболу. Методика обучения тактике игры в защите и нападении по волейболу.	2
Тема 1.46. Планирование педагогического контроля учебной и физкультурно-оздоровительной работы по волейболу.	Содержание учебного материала	4
	Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по волейболу. Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков. Педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по волейболу. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление документов планирования учебной и физкультурно-оздоровительной работы в ОУ. Правила соревнований по волейболу.	2
Тема 1.47. Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация.	Содержание учебного материала	8
	Структура урока (занятия) волейбола. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по волейболу с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока (занятия) волейбола. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока (занятий) по волейболу.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление плана-конспекта урока волейбола. Проведение анализа частей урока волейбола.	2
Тема 1.48. Основы	Содержание учебного материала	8

оздоровительной тренировки волейболе.	в	Оздоровительное значение занятий волейболом. Разновидности игры: дворовый волейбол, пляжный волейбол. Закаливающий эффект занятий пляжным волейболом. Развитие ведущих двигательных-координационных качеств средствами волейбола. Построение оздоровительной тренировки по волейболу. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	6
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
		Практическое занятие. Разработка плана оздоровительной тренировки по волейболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя.	2
Тема 1.49. Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта.		Содержание учебного материала	2
		Лыжная подготовка как учебная дисциплина. Предмет и задачи. История развития лыжного спорта. Способы передвижения на лыжах. Лыжный инвентарь и экипировка лыжника. Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма.	2
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.50. Техника передвижения на лыжах.		Содержание учебного материала	10
		Техника и виды лыжных ходов. Техника подъемов и торможения.	2
		В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
		Практическое занятие. Анализ техники классических лыжных ходов. Попеременный двухшажный; одновременный бесшажный; одновременный одношажный (скоростной вариант); одновременный двухшажный; попеременный четырехшажный.	2
		Практическое занятие. Анализ техники коньковых лыжных ходов. Одновременный полуконьковый; одновременный двухшажный коньковый; одновременный одношажный коньковый; попеременный двухшажный коньковый; коньковый ход без отталкивания руками.	2
		Практическое занятие. Анализ комбинированных ходов. переход с одновременного на попеременный классический ход через один промежуточный скользящий шаг; переход с одновременного на попеременный классический ход через два промежуточных скользящих шага; переход с попеременного двухшажного классического хода на одновременный без шага; переход с попеременного двухшажного классического хода на одновременный через один скользящий шаг.	2
		Практическое занятие. Анализ техники подъемов. Попеременный двухшажный ход, скользящий шаг, ступающий шаг, беговой шаг, «полуелочкой», «лесенкой». Техника спусков: в высокой стойке, в средней стойке, в низкой стойке, стойке отдыха. Техника торможений: «плугом», «упором», «боковым соскальзыванием», остановка падением. Техника поворотов: «переступанием», «плугом», «упором», на параллельных лыжах.	2

Тема 1.51. Методика обучения способам передвижения на лыжах. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки.	Содержание учебного материала	6
	Методика обучения способам передвижения на лыжах. Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Последовательность обучения классическим ходам, коньковым ходам, спусков, подъемов, торможений, поворотов. Схема обучения по задачам. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Обучение технике классических лыжных ходов. Обучение технике коньковых лыжных ходов. Обучение подъемам, спускам, торможениям, поворотам. Оценка техники лыжных ходов. Составление комплекса упражнений для развития физических качеств.	2
Тема 1.52. Планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация.	Содержание учебного материала	10
	Основные документы планирования. Программа, тематический план, расписание, план-конспект урока (занятия). Организация занятий по лыжной подготовке. Выбор мест для проведения занятий, подготовка лыжного инвентаря к занятиям. Содержание занятий. Подготовительная, основная, заключительная части занятия.	4
	Организация и проведение соревнований. Документы планирования соревнований: календарный план соревнований, положение о соревнованиях. Судейство соревнований по лыжному спорту. Судейская коллегия. Судейские бригады. Судейство соревнований по лыжным гонкам. Организация и проведение лыжных соревнований в школе.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
Тема 1.53. Основы оздоровительной тренировки средствами лыжной подготовки.	Содержание учебного материала	6
	Влияние ходьбы на лыжах на здоровье человека. Оздоровительный и закаливающий эффект ходьбы на лыжах. Зависимость ЧСС от интенсивности нагрузки у людей разного возраста. Построение оздоровительной тренировки при ходьбе на лыжах. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Расчет индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учетом своего возраста и функционального состояния.	2
Тема 1.54. Настольный теннис как учебная дисциплина и вид	Содержание учебного материала	2
	Настольный теннис как учебная дисциплина. Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса. Основные понятия и терминология настольного тенниса.	2

спорта.	Классификация и общая характеристика техники игры. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при занятиях настольным теннисом.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.55. Техника двигательных действий в настольном теннисе.	Содержание учебного материала	8
	Техника двигательных действий в настольном теннисе: исходные положения, атакующие удары, подача мяча.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Исходные положения (стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторонняя. Способы хватов ракетки: горизонтальный хват - жесткий и мягкий; - вертикальный хват (пером) - «малые клещи», «большие клещи». Передвижения: бесшажный, шагами, прыжками, рывками, выпадами.	2
	Практическое занятие. Атакующие удары: накат, контрнакат, топ-спин, контртоп-пин, топ-спин-удар, топс-удар, удар накатом по свече. Промежуточные удары: блок-удар, толчок, укороченный удар, подставка. Защитные удары: подача, подрезка, запил, срезка, свеча.	2
	Практическое занятие. Поддачи мяча: короткие (с нижним вращением мяча и без вращения мяча); длинные с низким подбрасыванием мяча (с нижним боковым вращением, быстрые – с верхним, верхнебоковым вращением, медленные – с нижним, нижнебоковым вращением; длинные с высоким подбрасыванием мяча (быстрые – с ложными движениями рук с ракеткой, с нижним, нижнебоковым, верхнебоковым вращением, медленные – с нижним, нижнебоковым вращением).	2
Тема 1.56. Методика обучения технике двигательных действий в настольном теннисе.	Содержание учебного материала	4
	Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении технико-тактическим действиям теннисиста. Характерные ошибки, способы их устранения.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям. Методика обучения ударам и подачам. Методика обучения тактическим действиям в игре.	2
Тема 1.57. Методика развития физических качеств средствами настольного тенниса.	Содержание учебного материала	4
	Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств теннисиста по заданию преподавателя.	2

Тема 1.58. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису.	Содержание учебного материала	2
	Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису. Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков (занятий). Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису в спортивной секции. Педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.59. Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису. Документация.	Содержание учебного материала	4
	Структура занятия по настольному теннису. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения занятия по настольному теннису с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ занятия. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение занятия по настольному теннису.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление конспекта части занятия по настольному теннису. Проведение частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия.	2
Тема 1.60. Основы оздоровительной тренировки в настольном теннисе.	Содержание учебного материала	4
	Построение оздоровительной тренировки по настольному теннису. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису.	2
Тема 1.61. Основы занятий туризмом.	Содержание учебного материала	4
	Предмет и задачи. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков. Развитие туризма в России. Современная ситуация в сфере туризма. Плановый и самостоятельный туризм. Классификация походов по средствам передвижения и месту проведения. Классификация походов в зависимости от их цели. Степенные и категорийные походы. Физическая (общая и специальная) подготовка туристов-спортсменов.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-

Тема 1.62. Топографическая подготовка туриста.	Содержание учебного материала	10
	Топографическая карта. Рельеф и способы его изображения. Условные топографические знаки (УТЗ). Топографическая карта. Компас и работа с ним. Ориентирование по местности. Измерение расстояний по карте на местности. Использование топографической карты в походе. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Измерение расстояний по карте на местности. Использование топографической карты в походе.	2
	Практическое занятие. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов.	2
	Практическое занятие. Работа с компасом: определение сторон горизонта, азимут.	2
Тема 1.63. Организация туристского похода.	Содержание учебного материала	8
	Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода. Определение района похода. Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана похода. Составление сметы похода. Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение. Организация питания. Документация похода. Подведение итогов похода.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Составление сметы похода.	2
	Практическое занятие. Расчет питания на туристический поход (12 человек, 6 дней).	2
Тема 1.64. Поход выходного дня.	Содержание учебного материала	10
	Пешеходный туризм. Туристские возможности Московской области (Дмитровского района) по пешеходному виду туризма. Безопасность – основное требование ко всем туристским путешествиям. Инструктаж по правилам безопасности в туристском походе. Перечень личного снаряжения для однодневного пешего похода. Специфика подбора личного снаряжения для похода в зимних условиях. Требования к снаряжению. Групповое снаряжение. Костровое оборудование. Кухонные принадлежности. Палаточное снаряжение. Медицинская аптечка. Ремонтный набор. Уход за снаряжением, ремонт снаряжения.	2
	Лыжный туризм. Туристские возможности Московской области (Дмитровского района) по лыжному виду туризма. Инструктаж по правилам безопасности в лыжном походе. Снаряжение туриста – лыжника: лыжи, крепления, палки, одежда, обувь. Уход за лыжами. Транспортировка лыж. Организация питания и вынужденного ночлега; техника и тактика передвижения на лыжах.	2
	Водный туризм. Выбор маршрута; выбор судов и снаряжения; особенности водных походов.	2

	Горный туризм. Особенности путешествия в горах; снаряжение туриста; туристские узлы; техника и тактика передвижения в горах.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Техника движения по пересеченной местности, техника движения на подъемах, спусках, при траверсе склонов, техника движения по тропам. Организация движения. Организация бивуака.	2
	Практическое занятие. Особенности техники движения туриста-лыжника. Лыжный ход: переменный, одношажный. Техника торможения плугом, полу – плугом. Движение на подъеме, спуске.	2
Тема 1.65. Гигиена туриста. Первая медицинская помощь.	Содержание учебного материала	6
	Гигиена туриста в походе. Нормы нагрузки туриста. Требование к одежде, обуви, снаряжению для походов по временам года. Купание и закаливание в походе. Уход за ногами. Профилактика клещевого энцефалита. Профилактика травматизма. Дисциплина – основное условие безаварийности походов. Режим дня. Возможные травмы в походе. Оказание первой медицинской помощи при ушибе, растяжении, порезе, ожоге, кровотечении из носа. Обработка ран. Оказание первой медицинской помощи. Формирование походной медицинской аптечки.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Оказание первой медицинской помощи. Формирование походно-медицинской аптечки.	4
Тема 1.66. Туристский быт и охрана природы.	Содержание учебного материала	4
	Туристский бивак. Правильный выбор места туристического бивака с учетом особенности природного окружения. Снятие бивака. Уборка места лагеря, ямы для мусора. Соблюдение правил пожарной безопасности. Типы костров, устройство кострища. Заготовка дров. Поведение туристов у костра. Раздача пищи. Сушка обуви. Типы рюкзаков. Преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Меры безопасности при переноске в рюкзаке колющих и режущих предметов. Устройство палатки. Правила ее установки и свертывания. Уход за палатками. Питание в походе. Ягоды и грибы, правила их сбора.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление экологического Кодекса юного туриста. Организация игр в пути и на привале.	2
Тема 1.67. Содержание и формы туристской работы с детьми.	Содержание учебного материала	5
	Постановка туристской работы в школе. Организация детской секции по туризму. Формы туристской работы со школьниками. Экологическое воспитание в турпоходах. Правила	2

	поведения на природе в туристском походе. Организация похода со школьниками с экологической целью. Природоохранные мероприятия при организации туристских соревнований.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3
	Практическое занятие. Разработка проекта экскурсий со школьниками.	3
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Гимнастика в системе физического воспитания. 2. Гимнастическая терминология. 3. Основы обучения гимнастическим упражнениям: строевые упражнения. 4. Основы техники упражнений на снарядах. 5. Обучение общеразвивающим и прикладным упражнениям. 6. Обучение акробатическим упражнениям. 7. Обучение упражнениям художественной гимнастики. 8. Обучение хореографическим упражнениям. 9. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике. 10. Организация, проведение и анализ урока гимнастики. Документация. 11. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий по гимнастике. 12. Основы оздоровительной тренировки в гимнастике. 13. Оздоровительная гимнастика и методика обучения гимнастическим упражнениям. Ритмическая гимнастика. Атлетическая гимнастика. 14. Стретчинг. 15. Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта. 16. Общеразвивающие и специальные упражнения. 17. Техника легкоатлетических видов. 18. Организация, проведение соревнований по легкой атлетике. 19. Методика обучения технике легкоатлетических видов. 20. Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики. 21. Организация, проведение и анализ урока (занятий) легкой атлетикой с различными возрастными группами занимающихся. Документация. 22. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Документация. 23. Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики. 24. Введение в предмет. Подвижные игры в педагогической практике.		137

25. Методика проведения подвижных игр с детьми разного возраста. 26. Подвижные игры в тренировочном процессе по избранному виду спорта. 27. Организация проведения соревнований по подвижным играм. 28. Оздоровительное значение подвижных игр. 29. Баскетбол как учебная дисциплина и вид спорта. 30. Техника двигательных действий в баскетболе. 31. Методика обучения технико-тактическим двигательным действиям в баскетболе. 32. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Основы судейства в баскетболе. Документация. 33. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу. 34. Организация, проведение и анализ занятий по баскетболу в школе и спортивной секции. Документация. 35. Основы оздоровительной тренировки в баскетболе. 36. Футбол как вид спорта. 37. Техника двигательных действий в футболе. Основные правила соревнований по футболу. 38. Методика обучения двигательным действиям и развития физических качеств в футболе. 40. Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация. 41. Основы оздоровительной тренировки в футболе. 42. Волейбол как учебная дисциплина и вид спорта. 43. Техника двигательных действий в волейболе. 44. Организация и проведение соревнований по волейболу. Основы судейства в волейболе. Документация. 45. Методика обучения технике двигательных действий в волейболе и развития физических качеств. 46. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по волейболу. 47. Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация. 48. Основы оздоровительной тренировки в волейболе. 49. Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта. 50. Техника передвижения на лыжах. 51. Методика обучения способам передвижения на лыжах. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. 52. Планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация. 53. Основы оздоровительной тренировки средствами лыжной подготовки. 54. Настольный теннис как учебная дисциплина и вид спорта. 55. Техника двигательных действий в настольном теннисе. 56. Методика обучения технике двигательных действий в настольном теннисе. 57. Методика развития физических качеств средствами настольного тенниса. 58. Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису.	

59. Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису. Документация.		
60. Основы оздоровительной тренировки в настольном теннисе.		
61. Основы занятий туризмом.		
62. Топографическая подготовка туриста.		
63. Организация туристского похода.		
64. Поход выходного дня.		
65. Гигиена туриста. Первая медицинская помощь.		
66. Туристский быт и охрана природы.		
67. Содержание и формы туристской работы с детьми.		
Консультации		42
Промежуточная аттестация		-
Раздел 2. Организация физкультурно-спортивной работы.		471
МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы		314
Тема 2.1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся.	Содержание учебного материала	10
	Организация физкультурно-спортивной работы как учебный предмет. Сущность, цели и задачи физкультурно-спортивной деятельности. Основные направления физкультурно-спортивной работы. Понятия «физкультурно-спортивная деятельность», «физическая культура». Определения понятий: «социальная интеграция», «образ жизни». Значение физкультурно-спортивной деятельности.	2
	Правовые основы физкультурно-спортивной деятельности. Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности. Федеральный закон о физической культуре и спорте в РФ.	2
	Основные направления физкультурно-спортивной работы. Формы и методы организации физкультурно-спортивной работы с различными слоями населения.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Комплектование групп, секций, клубов, объединений для занятий физкультурно-спортивной деятельностью.	4
Тема 2.2. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами	Содержание учебного материала	60
	Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Личностно-ориентированный подход к организации физкультурных занятий. Цель физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в физическом воспитании. Цель физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в дошкольном, школьном, молодом, зрелом и пожилом возрастах.	2
	Функции физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности Педагогические	2

занимающихся.	функции: коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, воспитательная, развивающая, ценностно-ориентационная, лечебно-восстановительная, профессионально-подготовительная, творческая, рекреационно- оздоровительная, творческая, рекреативно-оздоровительная, гедонистическая, спортивно-соревновательная. Социальные функции: гуманистическая, социализирующая, интегративная, коммуникативная, зрелищная и эстетическая.	
	Методы формирования знаний Словесные методы (вербальной, невербальной передачи информации, сопряженной и идеомоторной речи). Особенности их использования с занимающимися. Наглядные методы. Их специфический характер использования с занимающимися.	2
	Методы обучения двигательным действиям. Обучение целостное и по частям, значение подводящих и имитационных упражнений. Использование специальных тренажерных устройств при обучении двигательным действиям.	2
	Методы развития физических качеств и способностей Особенности использования методов развития физических качеств: вариативность упражнений, оптимальность, возрастная адекватность. Методы развития скоростных, силовых способностей, гибкости, выносливости.	2
	Коррекционно-развивающие игры Подвижная игра как способ воздействия на развитие физических способностей, личностных и психических качеств занимающихся. Классификация подвижных игр.	2
	Методы воспитания личности на занятиях физической культуры. Педагогическое воздействие: особенности применения методов педагогической оценки (одобрение, похвала, «аванс», замечание). Нетрадиционные методы педагогической оценки («Я-сообщение», «Ты-сообщение», логическое последствие обстоятельств, возложение оценочных полномочий на ребенка, оттянутая во времени оценка). Методы организации взаимодействия педагога и занимающихся (индивидуальные, индивидуально-групповые и малые группы).	2
	Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Значение и задачи физкультурно-спортивной работы с дошкольниками. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях и семье.	4
	Физкультурно-спортивная работа в системе общего образования. Содержание программы по физической культуре, разработанной на основе федерального государственного образовательного стандарта. Урочные и внеурочные формы занятий. Особенности проведения занятий с детьми младшего, среднего, старшего школьного возраста Занятия с детьми с	4

	ослабленным здоровьем.	
	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий со школьниками. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба.	2
	Организация физкультурного процесса в высших учебных заведениях. Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Задачи и значение физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Формы и особенности организации занятий. Порядок осуществления деятельности спортивных студенческих клубов.	4
	Организация физкультурного процесса среднем профессиональном учреждении. Задачи и значение физкультурно-спортивной работы со студентами среднего специального образования. Формы и особенности организации занятий.	4
	Дополнительное образование в области физической культуры и спорта. Программно-методическое обеспечение деятельности спортивных школ.	2
	Физкультурно-оздоровительные занятия в основной период трудовой деятельности. Физическая культура в режиме трудового дня. Профессионально-прикладная физическая культура: задачи, содержание, формы и особенности проведения занятий.	4
	Спортивно-массовые мероприятия физической культурой и спортом. Виды физкультурно-спортивных массовых мероприятий и их значение. Задачи и принципы проведения. Организация физкультурно-спортивных массовых мероприятий.	2
	Структура спортивно-массовых мероприятий.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	18
	Практическое занятие. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях. Анализ программ для ДОУ.	4
	Практическое занятие. Организация физкультурно-оздоровительной работы в школе. Анализ программы.	4
	Практическое занятие. Анализ программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности учащихся СОШ.	4
	Практическое занятие. Программно-методическое обеспечение деятельности ДЮСШ. Анализ программ подготовки для ДЮСШ.	4
	Практическое занятие. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.	2
Тема	2.3. Содержание учебного материала	24
Физкультурно-	Структура организации спортивно-массовых мероприятий.	2

спортивная деятельность в России и мире.	Структура организации спортивных соревнований.	2
	Техника безопасности на уроках физической культурой.	2
	Физкультурно-оздоровительные движения в России и за рубежом.	4
	Виды спортивной подготовки в России и мире.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие. Разработка положений о соревнованиях по видам спорта.	10
Тема 2.4. Оздоровительно-рекреационная и реабилитационная физическая культура.	Содержание учебного материала	18
	Содержательные основы оздоровительно-рекреационной и реабилитационной физической культуры. Физкультурно-оздоровительные занятия физической рекреации. Классификация форм физкультурно-оздоровительных занятий по месту применения. Физкультурно-оздоровительные занятия в условиях быта и семьи (гигиеническая гимнастика, закаливание, подвижные игры), в условиях учебной и трудовой деятельности (физминутки, гигиеническая гимнастика до начала учебного дня, производственная гимнастика), в условиях досуга и активного отдыха (деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников, летних и зимних оздоровительных лагерей, учреждений дополнительного образования детей). Общая характеристика средств, используемых в физической рекреации: физические упражнения из различных видов спорта, элементы лечебной гимнастики и др. Требования к подбору рекреационных упражнений и условиям их проведения. Физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства; в условиях досуга и активного отдыха: деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников, летних и зимних оздоровительных лагерей.	8
	Организация реабилитационных мероприятий средствами физической культуры. Методика проведения физической реабилитации в группы ЛФК и группах здоровья, при самостоятельных занятиях. Физическая культура и спорт для инвалидов и людей с ограниченными возможностями.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Физкультурно-оздоровительные системы и нетрадиционные средства физической культуры.	4
Тема 2.5. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы.	Содержание учебного материала	14
	Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Виды и методы педагогического контроля в физкультурно-спортивной деятельности. Функциональное назначение предварительного, оперативного,	10

	текущего, этапного, итогового контроля. Методы контроля (педагогическое наблюдение, опросы, прием учебных нормативов, тестирование). Хронометрирование занятий. Методика определения динамики физической нагрузки. Особенности врачебного контроля при проведении при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Анализ документов планирования и контроля физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	4
Тема 2.6. Внеурочные формы занятий.	Содержание учебного материала	30
	Особенности внеурочных форм занятий. Основные понятия, типы, формы и виды спортивного туризма. Концепция развития спортивно-оздоровительного туризма в России. Основные положения правил соревнований по туризму. Типичная направленность, содержание и методика построения крупных форм: самостоятельные тренировочные занятия, физкультурно-рекреативные занятия, соревнования.	8
	Роль малых форм занятий в процессе физического воспитания. Методика построения малых форм занятий: утренняя гигиеническая гимнастика, микросеансы упражнений, физкультурные паузы и минуты.	4
	Нормирование нагрузки и отдыха при воспитании физических качеств в отдельных занятиях и сериях занятий. Правила сочетания упражнений, стимулирующих развитие физических качеств. Принципиальные основы сочетания различных методических направлений при воспитании физических качеств. Проблема обеспечения «переноса» умений, навыков, тренированности.	8
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие. Организационные основы и методика проведения физкультминуток, физкультпауз.	2
	Практическое занятие. Организационные основы и методика проведения подвижных перемен.	2
	Практическое занятие. Организационные основы и методика проведения занятий оздоровительной физической культурой с подготовительной группой.	2
	Практическое занятие. Организационные основы и методика проведения спартакиад.	2
	Практическое занятие. Организационные основы и методика проведения военизированных игр, экскурсий, малых туристских мероприятий.	2
Тема 2.7. Особенности содержания и методики проведения	Содержание учебного материала	56
	Спортивные соревнования и мероприятия. Общая характеристика соревнований. Виды, уровень и ранг соревнований. ЕВСК. Организация и проведение спартакиад.	4

физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.	Планирование спортивных соревнований и мероприятий. Принципы планирования. Основная документация, отражающая планирование спортивных мероприятий и соревнований. Единый календарный план физкультурно-спортивных соревнований и мероприятий. Положение о соревновании. Сценарий физкультурно-массового мероприятия и спортивного соревнования. Отчетная документация о проведении соревнований.	6
	Формирование и работа судейской коллегии. Состав права и обязанности судейской коллегии. Проведение мандатной комиссии. Основные процедуры работы судейской коллегии. Организация судейских семинаров.	4
	Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста.	4
	Методика проведения спортивного часа школьников. Организация, содержание и проведение спортивных праздников школьников («Веселые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Лыжные гонки», «Легкоатлетические кроссы» и др.).	4
	Методика проведения подвижных перемен школьников. Организация, содержание и проведение «Часа здоровья» в школе.	4
	Организация, содержание и проведение занятий физическими упражнениями в группах продленного дня.	4
	Оздоровительно-профилактические мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста. Методика формирования правильной осанки. Основы самоконтроля за физическим состоянием школьников.	6
	Крупные спортивно-массовые мероприятия. Соревнования допризывной молодежи.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	16
	Практическое занятие. Разработка Положения о соревнованиях. Составление отчета о проведении спортивных соревнований.	4
	Практическое занятие. Методика формирования правильного свода стопы и профилактика плоскостопия школьников.	2
	Практическое занятие. Методика закаливания школьников.	2
	Практическое занятие. Дыхательная гимнастика школьников.	2
	Практическое занятие. Глазодвигательная гимнастика школьников.	2
	Практическое занятие. Управление в физкультурном образовании различных возрастных групп населения.	4
Тема 2.8. Планирование и контроль в процессе внеучебной	Содержание учебного материала	50
	Значение планирования и контроля в процессе физического воспитания. Наиболее важные	6

физкультурно-спортивной деятельности.	требования, предъявляемые к операциям планирования в области физической культуры и спорта. Временные масштабы и логика планирования. Исходные документы планирования и их типичные формы. Общая характеристика основных операций планирования.	
	Педагогический контроль как система мер по проверке выполнения планов. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе физического воспитания.	4
	Объекты, подлежащие контролю в процессе физического воспитания, проблема выбора наиболее информативных показателей.	2
	Исходные понятия в области физической культуры и спорта.	2
	Каникулярный период в значении спортивной работы.	2
	Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями.	4
	Организация секционной работы в школе.	5
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	25
	Практическое занятие. Разновидности контроля в практике физического воспитания.	2
	Практическое занятие. Содержание и технологии оперативного и итогового контроля. Методы и приемы регистрации и анализа получаемой информации. Использование современного исследовательского оборудования.	4
	Практическое занятие. Разработка схемы построения занятия физической культурой.	4
	Практическое занятие. Организация туристических походов и спортивного ориентирования.	4
	Практическое занятие. Подбор индивидуальных нагрузок для разных возрастных групп.	4
	Практическое занятие. Анализ профессионально-прикладной физической подготовки.	4
	Практическое занятие. Организация физкультурной деятельности в детских оздоровительных лагерях.	3
Тема 2.9. Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала	20
	Требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Спортивные сооружения для занятий физической культурой и спортом. Классификация с позиции функционального назначения. Классификация физкультурно-спортивных сооружений: основные и вспомогательные сооружения, сооружения (места) для зрителей. Основные размеры, планировочные решения, оснащение основными и вспомогательными помещениями спортивных залов, стадионов, плавательных бассейнов, игровых площадок. Обеспечение доступности и безопасности пользования помещениями физкультурно-спортивного сооружения.	6
	Спортивный инвентарь и оборудование для проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Требования к	8

	использованию занимающимися физкультурного оборудования и инвентаря (мячи, гимнастические стенки, обручи, палки, гимнастические снаряды и т.д.). Требования к зимнему инвентарю и занятиям на воздухе. Требования к открытым спортивным сооружениям и занятиям на них. Требования к использованию занимающимися специального физкультурного оборудования и инвентаря (тренажеры). Техника безопасности использования спортивного инвентаря и оборудования при проведении занятий с различными возрастными группами.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Анализ документации, обеспечивающей функционирование простейших физкультурно-спортивных сооружений и мест занятий физической культурой. Анализ документации по технике безопасности использования инвентаря и оборудования, требования к ее оформлению.	4
	Практическое занятие. Заполнение паспорта физкультурно-спортивного сооружения.	2
Тема 2.10. Организация и управление спортом в РФ.	Содержание учебного материала	8
	Организация и управление спортом в РФ. Направления современного спорта. Олимпийские виды спорта. Органы управления физкультурно-спортивным движением. Деятельность Министерства спорта РФ.	2
	Классификация лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью. Спортивно-функциональная классификация (модель соревновательной деятельности). Основные группы лиц, занимающиеся спортом. Спортсмены-любители и профессионалы.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Система физкультурных и спортивных организаций в России.	2
	Практическое занятие. Мотивация физкультурно-спортивной деятельности.	2
Тема 2.11. Подготовка квалифицированных специалистов в области подготовки физкультурных и спортивных кадров.	Содержание учебного материала	12
	Подготовка специалистов в области физической культуры и <i>спорта</i> , управление физической культурой и спортом в системе образования. История подготовки физкультурных кадров в России. Система подготовки кадров в России.	2
	Финансовое и материально-техническое обеспечение физкультурного движения. Источники финансирования физической культуры. Общая характеристика бюджетного и внебюджетного финансирования. Классификация бюджетов расходов. Внебюджетное финансирование: доходы физкультурно-спортивных организации от предпринимательской деятельности, поступления из разнообразных внебюджетных фондов содействия развитию ФКиС, спонсорство, спортивные лотереи. Смета. Контроль финансовой деятельности.	4
	Пропаганда физической культуры. Значение пропаганды в развитии ФК. Виды, формы пропаганды физической культуры. Средства пропаганды (устная, печатная и наглядная).	1

	В том числе практических занятий и лабораторных работ	5
	Практическое занятие. Повышение квалификации специалистов.	2
	Практическое занятие. Доходы физкультурно-спортивных организации от предпринимательской деятельности. Спонсорство как внебюджетный источники финансирования физической культуры. Смета на проведение физкультурно-спортивных мероприятий.	3
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся. 2. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся. 3. Физкультурно-спортивная деятельность в России и мире. 4. Оздоровительно-рекреационная и реабилитационная физическая культура. 5. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы. 6. Внеурочные формы занятий. 7. Особенности содержания и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий. 8. Планирование и контроль в процессе внеучебной физкультурно-спортивной деятельности. 9. Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности. 10. Организация и управление спортом в РФ. 11. Подготовка квалифицированных специалистов в области подготовки физкультурных и спортивных кадров.		93
Самостоятельная работа над курсовой работой		20
Курсовая работа Тематика курсовых работ 1. Управленческая деятельность руководителя физкультурно-спортивной организации. 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с населением в физкультурно-спортивных клубах. 3. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с различными возрастными группами. 4. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий по месту жительства. 5. Содержание и методика физкультурно-оздоровительной работы на производстве. 6. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий. 7. Особенности управления в сфере физической культуры и спорта. 8. Реклама физкультурно-оздоровительной работы. 9. Нетрадиционные методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми и взрослыми. 10. Формирование интереса и потребности младших школьников в укреплении здоровья и организации здорового образа		

жизни.

11. Использование закаливающих процедур в режиме дня младших школьников.
12. Профилактика заболеваний младших школьников.
13. Влияние физкультминуток и динамической перемены на умственную работоспособность школьников.
14. Содержание и организация воспитательной работы в школе по ЗОЖ.
15. Спорт и здоровье.
16. Вредные привычки и здоровье (подростки, юноши, студенты, взрослые).
17. Влияние нетрадиционных видов двигательной активности и средств оздоровления на состояние здоровья детей и взрослых.
18. Методика урока физической культуры с оздоровительной направленностью.
19. Содержание и методика использования оздоровительных систем в работе с детьми, подростками, взрослым населением.
20. Сохранение и укрепление социального здоровья младших школьников в условиях учебно-воспитательного процесса.
21. Использование оздоровительных средств на уроках физической культуры.
22. Исследование уровня здоровья школьников.
23. Взаимосвязь уровня развития двигательных качеств и заболеваемости младших школьников.
24. Взаимодействие работы педагога и родителей при формировании здорового образа жизни младших школьников.
25. Взаимосвязь двигательного режима школьников и уровня их здоровья.
26. Формирование культуры здоровья студенческой молодежи.
27. Формирование культуры здоровья у педагогов образовательных учреждений.
28. Организация и методика проведения внеклассной работы по здоровому образу жизни в условиях общеобразовательной школы.
29. Формирование культуры здоровья школьников в классах профессиональной подготовки.
30. Особенности обучения школьников основам ЗОЖ.
31. Использование закаливающих процедур в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
32. Организация и методика работы с родителями по формированию ЗОЖ.
33. Психогимнастика как средство регуляции эмоционального состояния.
34. Методика проведения дыхательной гимнастики с детьми дошкольного возраста.
35. Методика проведения дыхательной гимнастики с младшими школьниками.
36. Особенности проведения глазодвигательной гимнастики учащимся 1-4 классов.
37. Методика проведения корригирующей гимнастики с детьми дошкольного возраста.
38. Организация кружковой работы по ритмической гимнастике в дошкольном учреждении.
39. Организация секции по ритмической гимнастике в условиях общеобразовательной школы.
40. Исследование уровня теоретических знаний у детей 5-7 лет в области физической культуры.

41. Исследование уровня знаний у дошкольников в области ЗОЖ.
42. Исследование уровня знаний у младших школьников в области физическая культура.
43. Исследование уровня знаний у младших школьников в области ЗОЖ.
44. Исследование уровня физического здоровья детей дошкольного возраста.
45. Исследование уровня физического здоровья младших школьников.
46. Профилактика вредных привычек у подростков.
47. Профилактика нарушений осанки у младших школьников.
48. Взаимосвязь уровня физического здоровья и заболеваемости с индивидуально-типологическими особенностями младших школьников специальной медицинской группы.
49. Исследование физического развития, работоспособности и заболеваемости школьников различных профилей обучения.
50. Изучение уровня физического состояния у школьников, занимающихся и не занимающихся спортом.
51. Взаимосвязь физического развития, заболеваемости и физической подготовленности школьников.
52. Использование традиционных и нетрадиционных методик дыхательной гимнастики в школьной практике.
53. Коррекция зрения у младших школьников.
54. Влияние подвижных игр на формирование физического здоровья детей дошкольного возраста.
55. Влияние дыхательной гимнастики на формирование физического здоровья детей.
56. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы.
57. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний дыхательной системы.
58. Комплексная оздоровительная программа в профилактике простудных заболеваний.
59. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.
60. Совершенствование мелкой моторики рук у детей дошкольного и младшего возраста.
61. Сказкотерапия как средство оздоровления детей дошкольного (младшего школьного) возраста.
62. Методика закаливающих процедур и самомассажа в комплексной оздоровительной программе.
63. Физкультурно-спортивные мероприятия, как одна из составляющих в организации досуга детей.
64. Новые тенденции в организации физкультурно-спортивной работы.
65. Подходы к организации физкультурно-спортивной работы.
66. Нетрадиционные формы организации образования и физкультурно-спортивной деятельности.
67. Особенности использования игрового метода.
68. Особенности организации внеклассных форм физической культуры в школе.
69. Особенности организации соревнований по подвижным играм.
70. Формы организации физкультурно-спортивной деятельности и особенности методики реализации в школе.
71. Инновационный подход в решении проблем организации отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков.
72. Формирование интереса детей к физической культуре.

73. Виды физкультурно-спортивной деятельности на примере учащихся младшего школьного возраста, старшего школьного возраста.		
74. Организация физкультурно-спортивной деятельности студентов.		
75. Организация физкультурно-спортивной работы с населением.		
Обязательная аудиторная учебная нагрузка по курсовой работе		12
1. Выбор темы курсовой работы. Разработка плана-графика выполнения курсовой работы.		
2. Формулировка и декомпозиция проблемы исследования.		
3. Изучение необходимой литературы для написания курсовой работы.		
4. Сбор данных и выбор методов исследования. Составление плана курсовой работы.		
5. Обработка и анализ данных.		
6. Написание теоретической части курсовой работы.		
7. Написание аналитической (практической) части курсовой работы.		
8. Подведение итогов и формулирование выводов работы.		
9. Оформление текстовой части курсовой работы.		
Консультации		44
Промежуточная аттестация		-
Раздел 3. Лечебная физическая культура и массаж.		240
МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж		160
Тема 3.1. Общие основы ЛФК.	Содержание учебного материала	12
	Понятие о лечебной физической культуре. Основные этапы становления и развития ЛФК в России. Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных. Показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений в свете представлений о болезни и лечении больного. Механизм лечебного действия физических упражнений.	4
	Средства ЛФК. Классификация физических упражнений. Формы занятий ЛФК: лечебная гимнастика, утренняя гигиеническая гимнастика, самостоятельные занятия, дозированная ходьба и бег, терренкур, лыжи, игры и др. Методы ЛФК: строго регламентированные упражнения и игровые. Принципы применения физических упражнений. Дозировка физических упражнений и периоды их применения. Двигательные режимы как составной элемент лечебного режима. Краткая характеристика двигательных режимов в стационаре, реабилитационном центре, санатории.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4

	Практическое занятие. Анализ и демонстрация различных видов физических упражнений, применяемых в ЛФК. Составление комплекса утренней гимнастики (гигиенической) и проведение группового занятия.	4
Тема 3.2. ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	Содержание учебного материала	8
	Краткая характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и их основные клинические проявления. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей (мышц, связок, сухожилий), при переломах костей (конечностей, таза, позвоночника, повреждениях суставов). Методы лечения: оперативное и консервативное (гипсовые повязки, вытяжение и пр.).	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Разработка комплекса физических упражнений, ориентированных для лиц с травматическим повреждением ОДА, его проведение (индивидуальная или групповая формы). Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	4
Тема 3.3. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.	Содержание учебного материала	8
	Понятие об осанке. Классификация нарушений осанки. Краткая клиническая характеристика различных дефектов осанки. Методика ЛФК при нарушениях осанки и механизмы лечебного действия физических упражнений. Организация занятий ЛФК с детьми, имеющими нарушения осанки. Профилактика нарушений осанки. Сколиотическая болезнь. Виды сколиоза. Особенности методики ЛФК в зависимости от степени и локализации сколиоза. Понятие о плоскостопии. Методика ЛФК при плоскостопии, ее особенности.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Составление комплекса лечебной гимнастики, ориентированных для лиц с дефектами и заболеваниями опорно-двигательного аппарата, его проведение. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	4
Тема 3.4. ЛФК при ожогах и отморожениях.	Содержание учебного материала	2
	Ожоги и отморожения, их этиология, патогенез, основные клинические проявления. Методы лечения. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений при ожоговой болезни и отморожении. Особенности методики ЛФК в зависимости от клинического течения ожогов, отморожений и их локализации.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.5. ЛФК при ампутациях.	Содержание учебного материала	2
	Понятие об ампутации. Причины, вызывающие ампутацию. Механизмы лечебного действия	2

	физических упражнений при ампутации конечностей. Методика ЛФК в разные периоды лечения после ампутации, а также в зависимости от уровня и вида протезирования (ампутация пальцев, кисти, предплечья, плеча, бедра, голени, стопы, пальцев стопы). Роль ЛФК в реабилитации больных после ампутации.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.6. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Содержание учебного материала	10
	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, пороки сердца, атеросклероз, гипертоническая и гипотоническая болезнь, заболевания сосудов и пр.). Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Особенности методики ЛФК в зависимости от вида и тяжести сердечно-сосудистой патологии.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Разработка и проведение комплексов физических упражнений, ориентированных для лиц с разной патологией кардиоваскулярной системы. Анализ структуры и качества проведения занятия по ЛФК.	4
Тема 3.7. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	Содержание учебного материала	6
	Общая характеристика нарушений осанки. Сколиозы: этиология, формы, степени, диагностика. Методики ЛФК для разгрузки и вытяжения позвоночника. Методика коррекции патологической осанки.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка и проведение комплексов ЛФК, ориентированных для лиц с различными нарушениями дыхательной функции. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	2
Тема 3.8. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ.	Содержание учебного материала	6
	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний органов пищеварения (гастриты, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, опущение органов брюшной полости и пр.). Механизмы лечебного действия физических упражнений и методики ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. Особенности методики ЛФК отдельных заболеваний желудочно-кишечного тракта. Основные данные о расстройствах обмена веществ и заболеваниях эндокринных желез (ожирение, подагра, сахарный диабет). Механизмы лечебного действия физических упражнений при расстройствах обмена веществ. Особенности методики ЛФК при отдельных расстройствах обмена веществ.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2

	Практическое занятие. Составление и проведение комплекса лечебной гимнастики, ориентированных для лиц с заболеваниями органов пищеварения и расстройствами обмена веществ, его проведение. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	2
Тема 3.9. ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.	Содержание учебного материала	6
	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний мочевыделительной системы. Основные клинические данные заболеваний органов мочевого выделения (нефроз, пиелит, цистит, опущение почки, почечнокаменная болезнь). Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Методы лечения и механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК при отдельных заболеваниях органов мочевого выделения.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Разработка и проведение комплексов ЛФК, ориентированных для лиц с заболеваниями почек и мочевыводящих путей. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	2
Тема 3.10. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	Содержание учебного материала	10
	Краткие данные о проявлениях заболеваний и повреждений нервной системы. Расстройства движений (спастические и вялые параличи, гиперкинезы), чувствительности, функций вегетативного отдела и трофической функции нервной системы. Понятие об основных поражениях центральной нервной системы. Основные клинические данные о нарушениях мозгового кровообращения и повреждениях спинного мозга в зависимости от уровня локализации. Задачи и особенности методики ЛФК. Классификация и характеристика средств ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления и характеристика активных движений, борьба с синкинезиями (непроизвольными добавочными движениями), восстановление навыков ходьбы, бытовых и трудовых навыков и т.д. Основные клинические данные о заболеваниях и травмах периферической нервной системы. ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (радикулиты, плекситы, невриты и т.д.). Механизмы лечебного действия физических упражнений и особенности методики занятий физическими упражнениями с лицами, перенесшими заболевания периферических нервов.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Составление и проведение комплексов ЛФК, ориентированных для лиц с заболеваниями и повреждениями нервной системы. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.	4
Тема 3.11. Особенности	Содержание учебного материала	8

коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе.	Организация медицинских групп в школе. Характеристика специальной и подготовительной медицинской группы. Особенности занятий при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья школьников. Выбор упражнений, дозировка нагрузки. Методика ЛФК для глаз. Лечебная гимнастика при близорукости. Методика проведения занятий ЛФК в бассейне со школьниками с нарушениями в физическом развитии.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление комплексов ЛФК для коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе.	2
Тема 3.12. История развития и общие основы массажа.	Содержание учебного материала	6
	Краткий исторический очерк возникновения и развития лечебного массажа. Механизмы физиологического влияния массажа на организм: нервный, гуморальный, механический. Гигиенические основы массажа (требования к помещению, инвентарю, массажисту и массируемому). Поза массажиста и массирующего. Смазывающие средства, методика их применения в спортивной практике и с целью лечения. Общие показания и противопоказания к назначению массажа. Системы (русская, финская, шведская), методы (аппаратный, комбинированный, гидромассаж) и формы массажа (общий и частный).	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.13. Классификация видов массажа.	Содержание учебного материала	6
	Характеристика спортивного, гигиенического, лечебного и косметического массажа. Применение массажа в спортивной, лечебной, лечебно-профилактической практике. Классификация видов спортивного массажа (тренировочный, предварительный, восстановительный). Классификация видов гигиенического массажа (профилактический, восстановительный). Классификация видов лечебного массажа в зависимости от характера заболевания. Частная методика сеанса массажа, характерная для каждого заболевания. Сочетание классического и сегментарно-рефлекторного массажа. Виды косметического массажа (гигиенический, профилактический, лечебный, пластический).	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 3.14. Приемы классического массажа. Техника и методика выполнения приемов массажа и самомассажа на отдельных участках	Содержание учебного материала	38
	Понятие о приемах массажа (поглаживание, растирание, разминание, вибрация, движения). Особенности физиологического влияния отдельных приемов массажа на ткани, органы и системы организма. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов поглаживания, растирания, разминания и вибрации. Особенности выполнения приемов на различных участках тела. Ошибки, встречающиеся при проведении приемов массажа.	12

тела.	Разновидности и техника приемов движений в суставах (активные, пассивные, с сопротивлением) в процедуре массажа. Сочетание приемов массажа. Частные методики массажа отдельных участков тела (мышц, суставов и т.д.). Методика проведения массажа спины. Методика проведения массажа различных частей тела. Методика сеанса общего массажа. Методика проведения спортивного массажа.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	26
	Практическое занятие. Освоение техники выполнения основных и вспомогательных приемов классического массажа различных частей тела. Техника поглаживания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема. Техника растирания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема. Техника разминания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема. Техника вибрации: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема. Техника самомассажа: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема. Освоение методики проведения массажа спины. Освоение методики проведения массажа груди и живота. Освоение методики проведения массажа верхних конечностей. Освоение методики проведения массажа нижних конечностей. Освоение методики проведения массажа пояснично-крестцовой области. Освоение методики проведения массажа волосистой части головы. Освоение методики проведения массажа лица и шеи. Освоение методики проведения массажа шейно-воротниковой зоны. Освоение методики проведения общего массажа. Освоение методики проведения спортивного массажа.	26
Тема 3.15. Методика массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	Содержание учебного материала	6
	Особенности методики и техники массажа при переломах костей верхних и нижних конечностей, вывихах, повреждении коленного сустава (связок, мениска), голеностопного сустава и стопы. Лечебный и восстановительный массаж при переломах позвоночника. Механизмы лечебного действия массажа при переломах позвоночника. Частные методики массажа и их сочетание с лечебной физической культурой.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Освоение частных методик выполнения классического массажа при наиболее распространенных травмах опорно-двигательного аппарата.	2
Тема 3.16. Методика массажа при дефектах осанки, сколиозе и	Содержание учебного материала	8
	Основное назначение массажа при функциональных отклонениях состояния позвоночного столба. Особенности методики и техники массажа при дефектах осанки, сколиозах и	4

плоскостопии.	плоскостопии. Частные методики массажа, их сочетание с лечебной гимнастикой. Профилактическое значение массажа при формировании осанки. Контроль за эффективностью лечебного массажа.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Освоение методик выполнения классического массажа при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии.	4
Тема 3.17. Методика массажа при заболеваниях висцеральных систем и органов.	Содержание учебного материала	6
	Особенности методики и техники массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта. Показания и противопоказания к назначению массажа при заболеваниях висцеральных систем и органов. Частные методики массажа, их сочетание с лечебной гимнастикой.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Освоение методик выполнения классического массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой (на примере гипо- и гипертонической болезни), дыхательной (на примере бронхиальной астмы и пневмонии) и пищеварительной (на примере хронического гастрита) систем и нарушениях обмена веществ (на примере ожирения).	2
Тема 3.18. Методика массажа при заболеваниях нервной системы.	Содержание учебного материала	8
	Особенности методики лечебного массажа при последствиях нарушения мозгового кровотока (вялые и спастические параличи). Особенности методики лечебного массажа при остеохондрозе позвоночника (шейный, грудной, поясничный отделы). Частные методики массажа и их сочетание с лечебной гимнастикой.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Освоение методик выполнения классического массажа при заболеваниях нервной системы (на примере остеохондроза позвоночника).	4
Тема 3.19. Заболевания и повреждения у спортсменов как последствие нерациональных нагрузок.	Содержание учебного материала	4
	Причины заболеваний у спортсменов. Влияние направленности тренировочного процесса на заболеваемость спортсменов. Реабилитация спортсменов после повреждений опорно-двигательного аппарата. Физическая культура и спорт в системе реабилитации инвалидов.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Общие основы ЛФК. 2. ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.		52

3. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии. 4. ЛФК при ожогах и отморожениях. 5. ЛФК при ампутациях. 6. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. 7. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. 8. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ. 9. ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. 10. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы. 11. Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе. 12. История развития и общие основы массажа. 13. Классификация видов массажа. 14. Приемы классического массажа. Техника и методика выполнения приемов массажа и самомассажа на отдельных участках тела. 15. Методика массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. 16. Методика массажа при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии. 17. Методика массажа при заболеваниях висцеральных систем и органов. 18. Методика массажа при заболеваниях нервной системы. 19. Заболевания и повреждения у спортсменов как следствие нерациональных нагрузок.	
Консультации	28
Промежуточная аттестация	
Производственная практика (по профилю специальности) Виды работ 1. Изучение инструкций по технике безопасности, охране труда. 2. Наблюдение и анализ занятий физкультуры, учебно-тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий различных возрастных групп занимающихся. 3. Планирование и разработка документов учебного и учебно-тренировочного процесса, спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. 4. Ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий физической культурой и спортом, функционирование спортивных сооружений. 5. Проведение уроков, учебно-тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с различными возрастными группами занимающихся. 6. Проведение педагогического и врачебного контроля занимающихся. 7. Самоанализ и самооценка проведения занятий по видам физкультурно-спортивной деятельности.	180

8. Изучение документов планирования и учета учебного процесса по предмету «Физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня, внеклассным формам занятий.	
9. Разработка календарно-тематического плана учебной работы на весь период практики для одного из прикрепленных классов или групп.	
10. Изучить опыт преподавания предмета преподавателей физической культуры и использовать его в своей практической деятельности.	
11. Ознакомление с организацией занятий учащихся, отнесенных в специальные медицинские группы.	
12. Предоставление дневника по практике и других необходимых документов. Публичная защита отчета по практике.	
Промежуточная аттестация (экзамен по модулю)	-
Всего:	1429

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет методики преподавания по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Спортивный зал: спортивный инвентарь по игровым видам; гимнастическое оборудование (перекладина, брусья, канат подвесной, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик деревянный, маты гимнастические, мяч набивной, скамейка гимнастическая, канат для перетягивания, скакалки, обручи); легкоатлетический инвентарь (флажки судейские, гранаты учебные, эстафетные палочки, секундомер); оборудование и инвентарь для спортивных игр (шашки, насос механический, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, сетки волейбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, мячи футбольные, иглы для мячей, столы для настольного тенниса, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса); видеоаппаратура, аудиоаппаратура. Открытые спортивные площадки.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 689 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20501-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569296>

2. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08973-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564849>

3. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебник для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 279 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17034-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563332>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 181 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16755-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563606>
6. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «Физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебник для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 394 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557047>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала,
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия	

и занятий.	1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач;
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 3. Оценивать риски и	Задания открытого типа 1-5.	

принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по профессиональному модулю представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

**ПМ.03 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ
ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Авторы программы: Ярцева А.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Естественнонаучного, гуманитарного и технологического профиля
(наименование комиссии)

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Кардава Е.Ю.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.03 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности»

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен освоить основной вид деятельности Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД	<i>Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности</i>
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2.	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Иметь практический опыт	анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки; планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований; изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки; руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта; организации физкультурно-спортивной деятельности; отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; оформления портфолио педагогических достижений.
уметь	анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочный и соревновательный процесс; планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; определять пути самосовершенствования педагогического мастерства; определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя; использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем; отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки; оформлять результаты исследовательской работы; готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты.
знать	теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта; теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; методику планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта; логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту; погрешности измерений; теорию тестов; метрологические требования к тестам; методы количественной оценки качественных показателей; теорию оценок, шкалы оценок, нормы; методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;

	статистические методы обработки результатов исследований.

1.2. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля

Всего часов – **435**, в том числе в форме практической подготовки **164**.

Из них на освоение МДК – **363 часа**, в том числе, самостоятельная работа 73 часа.

Учебная практика - **36 часов**, производственная практика - **36 часов**.

Форма промежуточной аттестации:

экзамен по модулю – экзамен в 8 семестре.

по МДК.03.01 – зачет в 7,8 семестрах.

по учебной практике – зачет с оценкой в 8 семестре.

по производственной практике – зачет с оценкой в 8 семестре.

2. Структура и содержание профессионального модуля

2.1. Структура профессионального модуля

Коды профессиональных и общих компетенций	Наименования разделов профессионального модуля			Объем профессионального модуля, ак. час.							
		Суммарный объем нагрузки, час.	В т.ч. в форме практ. подготовки	Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем							Самостоя-тельная работа
				Обучение по МДК				Практики			
				Всего	В том числе			Учебная	Производственная		
Промежут. аттест.	Лаборат. и практ. занятий	Курсовых работ (проектов)	Консультации								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 3.1. - ПК 3.5. ОК 1. - ОК 10.	Раздел 1. Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту.	363	92	242	-	92	-	-	-	48	73
ПК 3.1. - ПК 3.5. ОК 1. - ОК 10.	УП.03.01 Производственная практика.	36	36					36			
ПК 3.1. - ПК 3.5. ОК 1. - ОК 10.	ПП.03.01 Производственная практика.	36	36						36	-	-
ПК 3.1. - ПК 3.5. ОК 1. - ОК 10.	Экзамен по модулю.	-							-	-	-
	Всего:	435	164	242	-	92	-	36	36	48	73

2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
Раздел 1. Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту.		363
МДК.03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту		242
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Теория и методика физического воспитания. Основные понятия. Содержание, задачи и основные требования курса. Место и роль учебной дисциплины в системе профессиональной подготовки педагога по физической культуре и спорту.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.1. Основы методического обеспечения организации учебно-тренировочного процесса и руководства деятельностью спортсмена.	Содержание учебного материала	18
	Понятие, сущность и структура методического обеспечения организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью.	2
	Нормативная и учебно-методическая документация, регламентирующая организацию учебно-тренировочного процесса и руководство соревновательной деятельностью.	4
	Общие подходы к программам, реализуемым организациями, осуществляющими спортивную подготовку. Сравнительный анализ дополнительных образовательных программ (общеразвивающих и предпрофессиональных) и программ спортивной подготовки.	4
	Кластерная форма реализации программ спортивной подготовки. Особенности организации подготовки по адаптивному спорту.	4
	Контроль и критерии эффективности учебно-тренировочного процесса на разных этапах подготовки.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.2. Теоретические основы и методика планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта.	Содержание учебного материала	54
	Разминка в спорте. Общие основы построения разминки. Структура и содержание разминки. Особенности предсоревновательной разминки.	4
	Построение программ учебно-тренировочных занятий. Общая структура занятий. Основная педагогическая направленность занятий. Занятия избирательной и комплексной направленности. Нагрузка в занятии.	4

	Типы занятий и формы организации занятий. Типы занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные, контрольные. Формы организации занятий: фронтальная, групповая, индивидуальная, фронтальная, круговая, стационарная, свободная. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий.	6
	Анализ учебно-тренировочного занятия в спортивной школе. Основная целевая направленность анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий. Комплексный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия. Посещение учебно-тренировочного занятия. Хронограмма занятия и определение общей и моторной плотности занятия.	6
	Построение программ микроциклов. Типы микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура микроциклов разных типов. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня.	6
	Построение программ мезоциклов. Построение программ мезоциклов. Типы мезоциклов: втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные, восстановительно-поддерживающие. Сочетание микроциклов в разных типах мезоциклов.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	24
	Практическое занятие. Анализ документов перспективного планирования в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Анализ документов текущего и оперативного планирования в избранном виде спорта.	2
	Практическое занятие. Составление индивидуального тренировочного плана на различных этапах подготовки.	2
	Практическое занятие. Планирование оздоровительной тренировки для детей, подростков и лиц среднего и пожилого возраста.	2
	Практическое занятие. Составление учебно-тематических планов в избранном виде спорта для различных этапов подготовки.	2
	Практическое занятие. Разработка положения и программы соревнования в избранном виде спорта	2
	Практическое занятие. Составление положения и программы физкультурно-оздоровительного мероприятия.	2
	Практическое занятие. Составление плана спортивно-массовых мероприятий на календарный год.	2

	Практическое занятие. Организация исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта.	2
	Лабораторное занятие. Анализ и отбор наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы.	2
	Практическое занятие. Составление плана выступления. Защита реферата на заданную тему.	4
Тема 1.3. Основы исследовательской и проектной деятельности в сфере физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	6
	Основы исследовательской деятельности. Введение в проектно-исследовательскую деятельность. Структура учебно-исследовательской деятельности. Виды исследовательских работ. Виды исследовательских работ в сфере физической культуры и спорта. Выбор направления и планирование опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта. Организация и проведение опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта. Этапы работы в процессе исследования. Определение объекта и предмета исследовательской работы. Определение цели и задач. Планирование работы. Работа с источниками информации. Выбор методов исследования. Понятие об исследовательских методах и методиках в сфере физической культуры и спорта. Выбор методов и методик опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта. Обобщение и анализ результатов опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.4. Средства и методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте.	Содержание учебного материала	6
	Методика проведения исследовательской работы. Введение в метрологию (предмет и задачи, особенности измерений в спорте). Единицы измерений. Шкалы измерений. Погрешности измерений. Единство измерений. Теория тестов. Основы теории тестов: классификация, требования и разновидности тестов. Надёжность и информативность тестов. Метрологические требования к тестам. Методы оценки тестов. Основы теории оценок и норм. Шкалы оценок. Метод количественной оценки качественных показателей. Основные понятия, задачи оценивания таблицы очков по видам спорта. Виды шкал оценок. Оценка комплекса тестов.	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	-
Тема 1.5. Оформление результатов исследовательских работ.	Содержание учебного материала	38
	Анализ результатов исследований. Статистические методы обработки результатов. Статистические методы обработки результатов опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта. Подготовка к защите учебно-исследовательской работы. Оформление и защита исследовательской работы. Основные требования к оформлению исследовательской работы, в том числе курсовой и выпускной квалификационной работы.	6

Требования к составлению и оформлению выступлений, отчетов, рефератов, конспектов. Структура и содержание рефератов. Правила составления конспектов. Методика составления отчетов. Порядок защиты курсовой работы и выпускной квалификационной работы. Представление отдельных видов текстового материала. Анализ структуры представленного материала для публикации в презентации. Общие требования к оформлению презентации. Представление различных видов презентуемого материала.	
В том числе практических занятий и лабораторных работ	32
Практическое занятие. Составление индивидуального тренировочного плана на различных этапах подготовки.	2
Практическое занятие. Планирование оздоровительной тренировки для детей, подростков и лиц среднего и пожилого возраста.	2
Практическое занятие. Составление учебно-тематических планов в избранном виде спорта для различных этапов подготовки.	2
Практическое занятие. Разработка положения и программы соревнования в избранном виде спорта.	2
Практическое занятие. Составление положения и программы физкультурно-оздоровительного мероприятия.	2
Практическое занятие. Составление плана спортивно-массовых мероприятий на календарный год.	2
Практическое занятие. Организация исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта.	2
Практическое занятие. Анализ и отбор наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы.	2
Практическое занятие. Составление плана выступления. Защита реферата на заданную тему.	2
Практическое занятие. Анализ структуры представленного материала. Оформление цифровой информации и иллюстративного материала. Создание таблиц, диаграмм.	2
Практическое занятие. Оформление сносок и колонтитулов. Работа с библиографическим описанием использованных источников. Построение авто оглавления.	2
Практическое занятие. Определение цели и задач опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	2
Практическое занятие. Планирование опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	2
Практическое занятие. Выбор методов и методик опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	2

	Практическое занятие. Использование методов статистической обработки результатов опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	2
	Практическое занятие. Обобщение и анализ результатов опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.	2
Тема 1.6. Комплексный контроль в подготовке спортсменов.	Содержание учебного материала	44
	Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Этапный, текущий и оперативный контроль при подготовке спортсменов к соревнованиям.	4
	Контроль за состоянием подготовленности спортсмена и факторами внешней среды. Основные критерии осуществления комплексного контроля. Основные показатели, используемые в комплексном контроле. Характеристика факторов внешней среды: климат, состояние спортивного сооружения или соревновательных трасс, качество спортивного инвентаря, защитных сооружений, поведение зрителей, социально-психологическая обстановка в местах размещения спортсменов, объективность судейства, продолжительность переездов, условия питания и отдыха спортсменов.	6
	Учет в процессе спортивной тренировки. Формы проведения показателей спортивной тренировки (этапный, предварительный, оперативный учет). Ведение журнала учета занятий. Дневник спортсмена.	4
	Основные методы спортивной тренировки. Структура тренировочного процесса. Повторный метод. Игровой метод. Соревновательный метод. Методы воспитания. Методы обучения.	6
	Программа общей физической подготовки.	4
	Статистические методы обработки данных эксперимента.	4
	Основы методики проведения педагогических исследований.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	12
	Практическое занятие. Составление программы общей физической подготовки согласно предлагаемой схеме.	2
	Практическое занятие. Разработка плана-конспекта тренировочного занятия.	4
	Практическое занятие. Применение математико-статистического метода обработки данных эксперимента.	2
	Практическое занятие. Статистический анализ результатов. Основы методики проведения исследований.	2
	Практическое занятие. Основы методики проведения исследований.	2
Тема 1.7. Основы методического обеспечения	Содержание учебного материала	18
	Структура методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными	2

организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения.	группами населения.	
	Документы, регламентирующие организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения.	2
	Методика планирования и проведения физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий.	2
	Методика планирования и проведения спортивно-массовых мероприятий	2
	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Планирование организации и проведения оздоровительных тренировок и занятий для различных категорий занимающихся.	2
	Практическое занятие. Планирование организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий для различных групп населения.	2
	Практическое занятие. Разработка положения, плана подготовки и сценария проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия.	4
Тема 1.8. Сущность и специфика педагогического опыта в области физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	6
	Понятие о педагогическом опыте, его виды, классификация, структура. Этапы изучения, обобщения и распространения педагогического опыта в сфере физической культуры и спорта.	2
	Анализ и самоанализ опыта профессионально-педагогической деятельности педагога в области физической культуры и спорта.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Освоение видов анализа и самоанализа опыта профессионально-педагогической деятельности педагога в области физической культуры и спорта.	1
	Практическое занятие. Отбор критериев и показателей оценки, самооценки опыта профессиональной деятельности тренера-преподавателя.	1
Тема 1.9. Методика систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта.	Содержание учебного материала	8
	Этапы систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта.	2
	Формы описания и оформления педагогического опыта.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Портфолио студента. Презентация портфолио.	2
Тема 1.10. Основы педагогического мастерства.	Содержание учебного материала	14
	Педагогическое мастерство и его значение в обучении и воспитании школьников. Системный взгляд на подготовку учителя. Понятия «мастерство», «технология», «техника». Их взаимосвязь и взаимозависимость. Педагогическое мастерство с точки зрения особенностей	2

	педагогической деятельности.	
	Внешний вид и самоконтроль. Внешний вид педагога: критерии и ограничения. Воспитывающее значение внешнего вида. Физическая и психологическая раскрепощенность педагога. Роль невербального общения.	1
	Движение учителя и место расположения учителя в классе (спортивном зале). Значение саморегуляции.	1
	Организация педагогического взаимодействия. Сущность педагогического взаимодействия. Принципы педагогического взаимодействия. Педагогическое общение (стили общения). Методы, приемы, средства общения.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Передовой педагогический опыт.	1
	Практическое занятие. Техника речи, голос и дикция.	1
	Практическое занятие. Педагогическое моделирование. Определение состояния объекта взаимодействия.	1
	Практическое занятие. Формирование педагогических умений.	1
	Практическое занятие. Виды и формы методической работы по обобщению и распространению передового педагогического опыта.	1
	Практическое занятие. Составление портфолио на основе изученного макета.	1
	Практическое занятие. Составление тестового материала для диагностирования профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.	2
Тема 1.11. Основы спортивной тренировки.	Содержание учебного материала	26
	Цели, задачи и средства спортивной тренировки. Основные понятия: тренированность, подготовленность, спортивная форма. Избранные соревновательные упражнения. Специально подготовительные упражнения. Общеподготовительные упражнения.	1
	Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Система отбора и спортивной ориентации. Система соревнований. Система спортивной тренировки. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнования и системы тренировки.	1
	Методы и принципы спортивной тренировки. Характеристика методов спортивной тренировки: словесные, наглядные, метод строг регламентированного упражнения; непрерывные и интервальные методы; игровой и соревновательный. Принципы спортивной тренировки. Волнообразность динамики нагрузок. Цикличность тренировочного процесса.	2
	Основные стороны спортивной тренировки. Спортивно-техническая подготовка. Спортивно-тактическая подготовка.	2

	Физическая подготовка. Психологическая подготовка. Тренировочные и соревновательные нагрузки.	2
	Основы построения спортивной подготовки. Построение, реализация и контроль тренировочного процесса. Структура спортивной подготовки. Характеристики тренировочного процесса в зависимости от масштабов времени. Этап предварительной подготовки. Этап начальной спортивной специализации. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта.	2
	Построение тренировки в микроциклах. Особенности тренировочного процесса в микроциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), восстанавливающие, соревновательные, ударные микроциклы.	2
	Построение тренировки в мезоциклах. Особенности тренировочного процесса в мезоциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), соревновательные, восстанавливающие мезоциклы.	2
	Построение тренировки в макроциклах. Особенности построения тренировочного процесса в многолетних макроциклах. Построение тренировки в годовых циклах. Подготовительный период. Соревновательный период. Переходный период.	2
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие. Разработка и анализ учебного плана спортивной подготовки.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ группового перспективного плана спортивной тренировки.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ графика тренировочного процесса (на примере избранного вида спорта).	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ группового годового плана тренировки.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ таблицы распределения тренировочных нагрузок по объему интенсивности.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ таблицы распределения соревнований, тренировочных занятий и дней отдыха.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ таблицы сдачи контрольных нормативов.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ таблицы спортивно-технических показателей.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ месячного плана тренировки.	1
	Практическое занятие. Разработка и анализ недельного плана тренировки.	1
Тема 1.12. Технология управления спортивной подготовкой.	Содержание учебного материала	26
	Основные направления развития спортивного движения. Общедоступный спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-	2

рекреативный). Спорт высших достижений (супердостиженческий, профессиональный, профессионально-коммерческий).	
Спортивные достижения и тенденции их развития.	1
Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте. Тенденции развития спортивных достижений.	1
Спортивный отбор как фактор подготовки спортсменов высокого класса. Понятие спортивного отбора и спортивной ориентации. Спортивные способности и факторы их определяющие. Просмотр начинающих спортсменов. Формирование ориентировочных данных. Индивидуальные различия в подготовке и их учет. Комплектование групп подготовки.	2
Методика проведения обследований спортсменов. Антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические и контрольные испытания, психологические и социологические обследования. Ориентировочные нормативы оценки физического развития спортсменов. Соревновательная деятельность. Тренировочные сборы: классификация, порядок организации. Проведение просмотровых учебно-тренировочных сборов.	2
Документация перспективного планирования. Учебный план. Учебная программа. Многолетний план подготовки команды. Многолетний индивидуальный план подготовки спортсменов.	2
Документация текущего планирования. План-график годового цикла спортивной тренировки. Годичный план подготовки (командный и индивидуальный).	2
Оперативное планирование. Рабочий план. План-конспект тренировочного занятия. План подготовки к отдельным соревнованиям.	2
Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Структура индивидуальной подготовки. Основные показатели и аналитические данные многолетнего цикла спортивной подготовки.	2
Варианты планирования годичной тренировки. Структура годового плана. Двух- и трёх-макроциклового план. Рациональное соотношение нагрузок различной преимущественной направленности. Комплексное совершенствование двигательных качеств технико-тактического мастерства. Планирование средств общей, специальной и технической подготовки.	2
В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
Практическое занятие. Формирование таблицы прогностически значимых признаков, учитываемые при массовом отборе юных спортсменов.	1

	Лабораторное занятие. Анализ данных антропометрических обследований юных спортсменов.	1
	Практическое занятие. Разработка плана тренировочных нагрузок по объему интенсивности.	1
	Практическое занятие. Разработка плана распределения тренировочных занятий, соревнований и дней отдыха.	1
	Практическое занятие. Разработка плана сдачи контрольных нормативов.	1
	Практическое занятие. Разработка плана спортивно-технической подготовки.	1
	Практическое занятие. Разработка месячного плана тренировки.	1
	Практическое занятие. Разработка недельного плана тренировки.	1
Самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений, рефератов по темам: 1. Основы методического обеспечения организации учебно-тренировочного процесса и руководства деятельностью спортсмена. 2. Теоретические основы и методика планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта. 3. Основы исследовательской и проектной деятельности в сфере физической культуры и спорта. 4. Средства и методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте. 5. Оформление результатов исследовательских работ. 6. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. 7. Основы методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения. 8. Сущность и специфика педагогического опыта в области физической культуры и спорта. 9. Методика систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта. 10. Основы педагогического мастерства. 11. Основы спортивной тренировки. 12. Технология управления спортивной подготовкой.		73
Консультации		48
Промежуточная аттестация		-
Учебная практика Виды работ 1. Изучение инструкций по технике безопасности, охране труда. 2. Ознакомление с организацией: - ознакомиться со структурой организации, материально-спортивной базой. - ознакомиться с распорядком дня прохождения практики. - ознакомиться с режимом работы организации. 3. Анализ учебно-методических комплектов на основе образовательных стандартов, примерных и основных		36

образовательных программ образовательного учреждения, особенностей группы и отдельных обучающихся: - проанализировать учебно-методические материалы. - разработать методические материалы на основе макетов, образцов, требований. 4. Составление письменного анализа документов, отражающих педагогический опыт педагога по физической культуре (планы методической работы и методическая документация): - провести анализ документов, отражающих педагогический опыт педагога по физической культуре (планы методической работы и методическая документация); составить письменный отчет. 5. Наблюдение и анализ деятельности педагога по физической культуре: - проводить наблюдение и анализ деятельности педагога по физической культуре. - составить отчет о наблюдении за деятельностью педагога в соответствии с критериями анализа педагогического опыта. 6. Предоставление дневника по практике и других необходимых документов. Публичная защита отчета по практике.	
Производственная практика (по профилю специальности) Виды работ 1. Изучение инструкций по технике безопасности, охране труда. 2. Ознакомление с организацией: - ознакомиться со структурой организации, материально-спортивной базой. - ознакомиться с распорядком дня прохождения практики. - ознакомиться с режимом работы организации. 3. Изучение документов планирования и учёта: учебно-тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в детско-юношеской спортивной школе: - проводить анализ планов и организации учебного процесса учебно-тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в детско-юношеской спортивной школе. - вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности. 4. Приобретение умения работать в контакте с тренерами-преподавателями, занимающимися и товарищами по команде. 5. Проведение учебно-тренировочного занятия в группе начальной подготовки в избранном виде спорта: - посещать учебно-тренировочные занятия в группе начальной подготовки в избранном виде спорта и проводить наблюдение и анализ. - изучить систему работы тренеров-преподавателей. - оценивать процесс и результаты тренировочной деятельности. 6. Разработка комплекса заданий для самостоятельного выполнения физических упражнений и введение их в практику работы с группами начальной подготовки в избранном виде спорта. - разработать комплекс заданий для самостоятельного выполнения физических упражнений для групп начальной	36

подготовки в избранном виде спорта. - проводить комплекс физических упражнений в группе начальной подготовки в избранном виде спорта. 7. Разработка положения о соревновании с учетом календаря соревнований для групп начальной подготовки в избранном виде спорта: - разработать положение о соревновании с учетом календаря соревнований для групп начальной подготовки в избранном виде спорта. 8. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия групп начальной подготовки в избранном виде спорта: - составить план-конспект учебно-тренировочного занятия групп начальной подготовки в избранном виде спорта. 9. Разработка плана-конспекта физкультурного занятия для одной из групп образовательного учреждения: - разработать план-конспект физкультурного занятия для одной из групп образовательного учреждения в установленной форме. 10. Планирование учебно-воспитательного процесса в избранном виде спорта и физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся: - самостоятельно планировать учебно-воспитательный процесс в избранном виде спорта и физкультурно-оздоровительную деятельность учащихся с учётом конкретных условий учебного заведения (традиции, материальная база, подготовленность учащихся и т.п.). 11. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия групп начальной подготовки в избранном виде спорта. 12. Предоставление дневника по практике и других необходимых документов. Публичная защита отчета по практике.	
Промежуточная аттестация (экзамен по модулю)	-
Всего:	435

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Спортивный зал: спортивный инвентарь по игровым видам; гимнастическое оборудование (перекладина, брусья, канат подвесной, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик деревянный, маты гимнастические, мяч набивной, скамейка гимнастическая, канат для перетягивания, скакалки, обручи); легкоатлетический инвентарь (флажки судейские, гранаты учебные, эстафетные палочки, секундомер); оборудование и инвентарь для спортивных игр (шашки, насос механический, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, сетки волейбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, мячи футбольные, иглы для мячей, столы для настольного тенниса, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса); видеоаппаратура, аудиоаппаратура. Открытые спортивные площадки.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 689 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20501-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569296>

2. Алхасов, Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 115 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21717-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581967>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com

2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебник для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 279 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17034-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563332>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия	

	1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач; «Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика.	

совершенствования профессиональной деятельности.	Производственная практика.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Учебная практика. Производственная практика.	

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по профессиональному модулю представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

УД.01 ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Алтухова М.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Обществознание» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Обществознание (включая индивидуальный проект)» направлено на достижение следующих целей:

- воспитание гражданственности, социальной ответственности, правового самосознания, патриотизма, приверженности конституционным принципам Российской Федерации;
- развитие личности на стадии начальной социализации, становление правомерного социального поведения, повышение уровня политической, правовой и духовно-нравственной культуры подростка;
- углубление интереса к изучению социально-экономических и политико-правовых дисциплин;
- умение получать информацию из различных источников, анализировать, систематизировать ее, делать выводы и прогнозы;
- содействие формированию целостной картины мира, усвоению знаний об основных сферах человеческой деятельности, социальных институтах, нормах регулирования общественных отношений, необходимых для взаимодействия с другими людьми в рамках отдельных социальных групп и общества в целом;
- формирование мотивации к общественно полезной деятельности, повышение стремления к самовоспитанию, самореализации, самоконтролю;
- применение полученных знаний и умений в практической деятельности в различных сферах общественной жизни.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6..	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	234
в т.ч. в форме практической подготовки	66
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	166
лекции	90
лабораторно-практические занятия	66
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	68
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1,2 семестрах	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Обществознание как учебный курс. Социальные науки. Специфика объекта их изучения. Актуальность изучения обществознания при освоении специальности СПО.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Человек. Человек в системе общественных отношений.		64
Тема 1.1. Природа человека, врожденные и приобретенные качества.	Содержание учебного материала	14
	Человек как результат биологической и социокультурной эволюции. Теории происхождения человека. Антропосоциогенез. Биологическая и социальная сущность человека. Основные отличия человека от животного. Философские представления о социальных качествах человека. Человек, индивид, личность. Социализация личности.	2
	Виды деятельности человека. Основные виды профессиональной деятельности. Выбор профессии. Профессиональное самоопределение. Потребности, способности и интересы. Самосознание и социальное поведение. Формирование характера, учет особенностей характера в общении и профессиональной деятельности.	2
	Цель и смысл человеческой жизни. Проблема познаваемости мира. Понятие истины, ее критерии. Виды человеческих знаний. Мировоззрение и его типы. Основные особенности научного мышления.	2
	Свобода как условие самореализации личности. Свобода человека и ее ограничители. Выбор и ответственность за его последствия. Гражданские качества личности. Человек в группе. Многообразие мира общения. Межличностное общение и взаимодействие.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Человек, индивид, личность.	2
	Практическое занятие. Потребности, способности и интересы.	2
	Практическое занятие. Мировоззрение. Типы мировоззрения.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Природа человека, врожденные и приобретенные	8

	качества»	
Тема 1.2. Духовная культура личности и общества.	Содержание учебного материала	8
	Понятие о культуре. Духовная культура личности и общества, ее значение в общественной жизни. Культура народная, массовая и элитарная. Экранная культура – продукт информационного общества. Особенности молодежной субкультуры. Проблемы духовного кризиса и духовного поиска в молодежной среде.	2
	Формирование ценностных установок, идеалов, нравственных ориентиров. Взаимодействие и взаимосвязь различных культур. Культура общения, труда, учебы, поведения в обществе. Этикет. Учреждения культуры. Государственные гарантии свободы доступа к культурным ценностям.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Духовная культура личности и общества.	2
	Практическое занятие. Виды культуры.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Духовная культура личности и общества»	4
Тема 1.3. Наука и образование в современном мире.	Содержание учебного материала	8
	Наука. Естественные и социально-гуманитарные науки. Значимость труда ученого, его особенности. Свобода научного поиска. Ответственность ученого перед обществом. Образование как способ передачи знаний и опыта. Роль образования в жизни современного человека и общества.	2
	Правовое регулирование образования. Порядок приема в образовательные учреждения профессионального образования. Система образования в Российской Федерации. Государственные гарантии в получении образования. Профессиональное образование.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Наука в современном мире.	2
	Практическое занятие. Роль образования в жизни человека и общества.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Наука и образование в современном мире»	6
Тема 1.4. Мораль, искусство и религия как элементы духовной культуры.	Содержание учебного материала	10
	Мораль. Основные принципы и нормы морали. Гуманизм. Добро и зло. Долг и совесть. Моральный выбор. Моральный самоконтроль личности. Моральный идеал.	2
	Религия как феномен культуры. Мировые религии. Религия и церковь в современном мире. Свобода совести. Религиозные объединения Российской Федерации. Искусство и его роль в жизни людей. Виды искусств.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Мораль.	2
	Практическое занятие. Религия.	2

	Практическое занятие. Искусство.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Мораль, искусство и религия как элементы духовной культуры»	6
Раздел 2. Общество как сложная динамическая система		32
Тема 2.1. Общество как сложная динамическая система	Содержание учебного материала	26
	Представление об обществе как сложной динамичной системе. Подсистемы и элементы общества.	2
	Специфика общественных отношений. Основные институты общества, их функции.	2
	Общество и природа. Значение техногенных революций: аграрной, индустриальной, информационной.	2
	Противоречивость воздействия людей на природную среду. Многовариантность общественного развития.	2
	Эволюция и революция как формы социального изменения. Понятие общественного прогресса.	2
	Смысл и цель истории. Цивилизация и формация.	2
	Общество: традиционное, индустриальное, постиндустриальное (информационное). Особенности современного мира.	2
	Процессы глобализации. Антиглобализм, его причины и проявления.	2
	Современные войны, их опасность для человечества. Терроризм как важнейшая угроза современной цивилизации. Социальные и гуманитарные аспекты глобальных проблем.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Основные институты общества.	2
	Практическое занятие. Общество и природа.	2
	Практическое занятие. Типы обществ: традиционное, индустриальное, постиндустриальное.	2
	Практическое занятие. Глобализация.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Общество как сложная динамическая система»	6
Раздел 3. Социальные отношения.		44
Тема 3.1. Социальная роль и стратификация.	Содержание учебного материала	8
	Социальные отношения. Понятие о социальных общностях и группах. Социальная стратификация. Социальная мобильность.	2

	Социальная роль. Многообразие социальных ролей в юношеском возрасте. Социальные роли человека в семье и трудовом коллективе. Социальный статус и престиж. Престижность профессиональной деятельности.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Социальная стратификация.	4
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Социальная роль и стратификация»	4
Тема 3.2. Социальные нормы и конфликты.	Содержание учебного материала	10
	Социальный контроль. Виды социальных норм и санкций. Самоконтроль.	2
	Девиянтное поведение, его формы, проявления. Профилактика негативных форм девиантного поведения среди молодежи. Опасность наркомании, алкоголизма. Социальная и личностная значимость здорового образа жизни.	2
	Социальный конфликт. Причины и истоки возникновения социальных конфликтов. Пути разрешения социальных конфликтов. Межличностные конфликты. Истоки конфликтов в среде молодежи.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Виды социальных норм.	2
	Практическое занятие. Социальные конфликты. Девиантное поведение.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Социальные нормы и конфликты»	4
Тема 3.3. Важнейшие социальные общности и группы.	Содержание учебного материала	14
	Особенности социальной стратификации в современной России. Молодежь как социальная группа. Особенности молодежной политики в Российской Федерации. Проблемы межличностного общения в молодежной среде. Особенности самоидентификации личности в малой группе на примере молодежной среды.	2
	Этнические общности. Межнациональные отношения, этносоциальные конфликты, пути их разрешения. Конституционные принципы национальной политики в Российской Федерации.	2
	Семья как малая социальная группа. Семья и брак. Современная демографическая ситуация в Российской Федерации.	2
	Семейное право и семейные правоотношения. Понятие семейных правоотношений. Порядок, условия заключения и расторжения брака. Права и обязанности супругов. Брачный договор. Правовые отношения родителей и детей. Опекa и попечительство.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Социальная стратификация в современной России.	2
	Практическое занятие. Межнациональные отношения.	2
	Практическое занятие. Семья в современной России.	2

	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Важнейшие социальные общности и группы»	4
Раздел 4. Политика.		36
Тема 4.1. Политика и власть. Государство в политической системе.	Содержание учебного материала	16
	Понятие власти. Типы общественной власти. Политика как общественное явление. Политическая система, ее внутренняя структура. Политические институты. Государство как политический институт. Признаки государства. Государственный суверенитет.	2
	Внутренние и внешние функции государства. Особенности функционального назначения современных государств.	2
	Формы государства: формы правления, территориально-государственное устройство, политический режим. Типология политических режимов.	2
	Демократия, ее основные ценности и признаки. Условия формирования демократических институтов и традиций. Правовое государство, понятие и признаки.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Политическая система общества, ее структура.	2
	Практическое занятие. Государство в политической системе общества.	2
	Практическое занятие. Функции государства.	2
	Практическое занятие. Формы государства.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Политика и власть. Государство в политической системе»	4
Тема 4.2. Участники политического процесса.	Содержание учебного материала	12
	Личность и государство. Политический статус личности. Политическое участие и его типы. Причины и особенности экстремистских форм политического участия. Политическое лидерство. Лидеры и ведомые. Политическая элита, особенности ее формирования в современной России.	2
	Гражданское общество и государство. Гражданские инициативы. Отличительные черты выборов в демократическом обществе. Абсентеизм, его причины и опасность. Избирательная кампания в Российской Федерации.	2
	Политические партии и движения, их классификация. Современные идейно-политические системы: консерватизм, либерализм, социал-демократия, коммунизм. Законодательное регулирование деятельности партий в Российской Федерации. Роль средств массовой информации в политической жизни общества.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Гражданское общество и правовое государство.	2
	Практическое занятие. Избирательное право в Российской Федерации.	2
	Практическое занятие. Личность и государство.	2

	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Участники политического процесса»	4
Раздел 5. Право.		48
Тема 5.1. Правовое регулирование общественных отношений.	Содержание учебного материала	8
	Право в системе правовых норм. Норма права и ее признаки. Структура нормы права. Система права в России. Основные отрасли системы права в России. Система нормативных правовых актов РФ. Особенности осуществления правосудия в Российской Федерации.	2
	Юридическая ответственность и ее признаки. Принципы юридической ответственности. Основные виды юридической ответственности. Обстоятельства, освобождающие от юридической ответственности и наказания. Обстоятельства, исключающие юридическую ответственность.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Право в системе правовых норм. Система права. Формы права.	2
	Практическое занятие. Правонарушение и юридическая ответственность.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Правовое регулирование общественных отношений»	4
Тема 5.2. Основы конституционного права Российской Федерации.	Содержание учебного материала	10
	Конституционное право как отрасль российского права. Основы конституционного строя Российской Федерации. Система государственных органов Российской Федерации. Законодательная власть. Исполнительная власть. Институт президентства. Местное самоуправление. Правоохранительные органы Российской Федерации. Судебная система Российской Федерации. Адвокатура. Нотариат.	2
	Основные конституционные права и обязанности граждан в России. Право граждан участвовать в управлении делами государства. Право на благоприятную окружающую среду. Обязанность защиты Отечества.	2
	Международная защита прав человека в условиях мирного и военного времени.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Конституционное право.	2
	Практическое занятие. Права и обязанности человека и гражданина.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Основы конституционного права Российской Федерации»	4
Тема 5.3. Отрасли российского права.	Содержание учебного материала	12
	Гражданское право. Физические лица. Юридические лица. Уровни дееспособности граждан РФ. Организационно-правовые формы и правовой режим предпринимательской деятельности. Имущественные и неимущественные права.	2
	Трудовое право. Понятие трудовых отношений. Занятость и трудоустройство. Органы	2

	трудоустройства. Порядок приема на работу. Трудовой договор: понятие и виды, порядок заключения и расторжения. Правовое регулирование трудовой деятельности несовершеннолетних. Коллективный договор. Роль профсоюзов в трудовых правоотношениях. Трудовые споры и порядок их разрешения. Правовые основы социальной защиты и социального обеспечения.	
	Административное право. Административное право и административные правоотношения. Административные проступки. Административная ответственность.	2
	Уголовное право. Основные принципы уголовного судопроизводства. Преступление как наиболее опасное противоправное деяние. Состав преступления. Уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Обстоятельства, исключающие уголовную ответственность.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Гражданское и трудовое право.	2
	Практическое занятие. Административное и уголовное право.	2
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка доклада, сообщения по теме «Отрасли российского права»	10
Консультации		10
Промежуточная аттестация		-
Всего:		234

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Обществознание : 10-й класс : базовый уровень : учебник / под редакцией Л. Н. Боголюбова, А. Ю. Лазебниковой. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 287 с. — ISBN 978-5-09-120179-6. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/49773>
2. Обществознание : 11-й класс : базовый уровень : учебник / под редакцией Л. Н. Боголюбова, А. Ю. Лазебниковой. — 7-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 286 с. — ISBN 978-5-09-120180-2. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/497741>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>
5. Котова, О. А. Обществознание : базовый уровень : учебник / О. А. Котова, Т. Е. Лискова. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 303 с. — ISBN 978-5-09-121340-9. — Текст : электронный. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/472976>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. «Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

мероприятий и занятий.		компетенций, имеет знания
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.

**Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Московской области
«Подмосковный политехнический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Д.В. Бородин
“26” января 2026г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
УД.01 ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Форма обучения

очная

Дмитров, 2026 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, реализуемого в пределах образовательной программы с учетом профиля получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Алтухова М.В., преподаватель
Фамилия И.О., должность

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии

Общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 1 от «26» января 2026 г.

Председатель цикловой методической комиссии

Миронова Т.Е.
Фамилия И.О.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Основы исследовательской деятельности» является обязательной частью общеобразовательной подготовки (общеобразовательного цикла) образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы дисциплины «Основы исследовательской деятельности (включая индивидуальный проект)» направлено на достижение следующих целей:

- знакомство с принципами и правилами организации исследовательской деятельности, методологией исследования;
- формирование у студентов исследовательских умений и навыков в процессе работы над литературой;
- формирование навыков поиска и работы с различными информационными источниками;
- развитие познавательной самостоятельности и активности студентов;
- развитие и закрепление навыка рефлексии собственной деятельности в процессе овладения методами научного познания;
- формирование навыков презентации результатов собственной деятельности;
- формирование у студентов потребности к целенаправленному самообразованию;
- развитие самостоятельности и ответственности за результаты собственной деятельности.

1.2.1. Перечень осваиваемых компетенций в рамках дисциплины:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6..	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем программы дисциплины, <i>из них:</i>	234
в т.ч. в форме практической подготовки	66
Во взаимодействии с преподавателем, <i>в том числе:</i>	166
лекции	90
лабораторно-практические занятия	66
семинарские занятия	-
курсовая работа (проект)	-
индивидуальный проект	-
консультации	10
Самостоятельная работа	68
Промежуточная аттестация Форма аттестации – зачет с оценкой в 1,2 семестрах	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение.	Содержание учебного материала	2
	Сущность исследовательской деятельности. Требования к организации теоретических и практических исследований.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	-
Раздел 1. Технология работы с информационными источниками.		79
Тема 1.1. Виды информационных ресурсов.	Содержание учебного материала	20
	Понятие информации и ее свойства. Виды информации. Основные источники научной информации (книги, периодические издания, кино-, аудио- и видеоматериалы, люди, электронные ресурсы). Документ и виды научных документов.	4
	Поиск, накопление и обработка научной информации. Научные документы и издания. Государственная система научной информации. Организация работы с научной литературой. Методы поиска информации: работа с библиотечными каталогами, справочными материалами, книгами, периодическими изданиями и в Интернете. Способы получения и переработки информации.	4
	Правила работы с книгой. Методы эффективного чтения. Виды письменных работ и техника работы с книгой: правила составления аннотации, рецензии, плана, конспекта, тезисов. Составление выписок. Правила ведения записей: компактность, выдержка интервала, датирование, поля, подчеркивание, выделение ключевых слов, схематическое изображение и сокращения и др.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Исследование основных источников научной информации.	2
	Практическое занятие. Методика поиска информации: работа с библиотечными каталогами, справочными материалами, книгами, периодическими изданиями в Интернете.	2
	Практическое занятие. Оформление выписки.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Виды информационных ресурсов»	8

Тема 1.2. Культура учебного труда. Правила работы в библиотеке.	Содержание учебного материала	6
	Рациональная организация учебного труда. Работа с каталогами в библиотеке. Правила работы с журналом, газетой: составление библиографических карточек, подборка вырезок. Правила составления библиографии.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Работа в библиотеке, составление библиографии.	2
	Самостоятельная работа	-
Тема 1.3. Научно-исследовательская деятельность и ее сущность.	Содержание учебного материала	12
	Специфика научного исследования. Понятие о логике процесса исследования. Структура и содержание этапов исследовательского процесса. Методологическая база исследования (идея и замысел, тема, проблема, актуальность, цели, задачи, объект и предмет, гипотеза). Сравнительный анализ видов гипотез.	6
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	6
	Практическое занятие. Выявление структуры и содержания этапов исследовательского процесса.	2
	Практическое занятие. Выбор темы исследования. Определение проблемы, актуальности, целей и задач исследования, объекта и предмета исследования.	2
	Практическое занятие. Формулирование гипотез исследования.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Научно-исследовательская деятельность и ее сущность»	4
Тема 1.4. Методы исследования.	Содержание учебного материала	28
	Понятие метода, методики и методологии научного исследования. Анализ классификации методов исследования.	4
	Всеобщие и общенаучные методы исследования. Сравнение теоретических и эмпирических методов исследования. Специальные и частные методы исследования.	4
	Характеристика и требования к научному наблюдению.	4
	Правила ведения беседы, интервью. Правила составления анкет и проведения анкетирования.	4
	Экспериментальные исследования. Классификация, типы и задачи эксперимента. Организация эксперимента.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Анализ классификации методов исследования. Сравнение методов исследования.	2
	Практическое занятие. Подбор методов для решения конкретной исследовательской задачи.	2
	Практическое занятие. Разработка анкеты для исследования.	2
	Практическое занятие. Проведение опроса, анкетирования.	2
	Самостоятельная работа	12

	Подготовка сообщения, доклада по теме «Методы исследования»	12
Тема 1.5. Приемы осуществления исследовательской деятельности.	Содержание учебного материала	10
	Особенности научной работы и этика научного труда. Сравнение учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы обучающихся.	4
	Исследовательская деятельность обучающихся: творчество и плагиат. Анализ роли исследований в практической деятельности специалиста.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление плана учебно-исследовательской работы.	2
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Приемы осуществления исследовательской деятельности»	2
Тема 1.6. Особенности труда ученых.	Содержание учебного материала	3
	Возможности карьерного роста в науке. Роль науки в развитии общества. Жизненный путь ученого.	3
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	-
	Самостоятельная работа	2
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Особенности труда ученых»	2
Раздел 2. Организация исследовательской опытно-экспериментальной работы студентов.		
Тема 2.1. Этапы организации исследовательской деятельности, методика исследования, структура исследовательской работы.	Содержание учебного материала	28
	Проблема как «знание о незнании». Выявление и формулировка проблемы.	2
	Тема и ее актуальность. Практическая и научная актуальность.	2
	Цель, задачи, логика исследования. Цель как представление о результате, правила постановки целей и задач исследования.	4
	Введение: правила написания. Обоснование актуальности темы, составление представления о степени разработанности темы; формулировка проблемы исследования. Постановка целей и задач исследования.	4
	Описание методов исследования.	4
	Заключение. Формулировка выводов исследования. Постановка новых задач.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	8
	Практическое занятие. Выбор темы, подбор методов исследования.	2
	Практическое занятие. Постановка проблемы.	2

	Практическое занятие. Определение структуры работы.	2
	Практическое занятие. Разработка программы опытной (экспериментальной) работы.	2
	Самостоятельная работа	4
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Этапы организации исследовательской деятельности, методика исследования, структура исследовательской работы»	4
Тема 2.2. Правила составления аннотации, рецензии, плана, конспекта тезисов.	Содержание учебного материала	6
	Виды переработки текста (план, конспект, тезисы, выписки, аннотация, реферат).	2
	Правила составления аннотации, рецензии, плана, конспекта, тезисов.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Составление аннотаций, рецензий, планов, конспектов, тезисов.	2
	Самостоятельная работа	6
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Правила составления аннотации, рецензии, плана, конспекта тезисов»	6
Раздел 3. Требования к оформлению научно-исследовательской работы.		
Тема 3.1. Основные требования к написанию и оформлению научно-исследовательской работы.	Содержание учебного материала	28
	Композиция научной работы. Цель, задачи и требования к реферату.	4
	Этапы выполнения реферата. Анализ требований к оформлению реферата.	4
	Композиция научной работы. Курсовая работа: цель, задачи и требования.	4
	Этапы выполнения курсовой работы. Анализ требований к оформлению курсовой работы.	4
	Цель, задачи и требования к выпускной квалификационной работе. Этапы выполнения ВКР. Анализ структуры ВКР и требования к ее структурным элементам.	4
	Язык и стиль текста научно-исследовательской работы. Отзыв и рецензия как виды оценки текста.	4
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие. Анализ структуры и техники оформления научной работы (реферат).	2
	Практическое занятие. Анализ структуры и техники оформления отзыва и рецензии.	2
	Самостоятельная работа	8
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Основные требования к написанию и оформлению научно-исследовательской работы»	8
Тема 3.2. Литературное оформление и защита	Содержание учебного материала	8
	Особенности подготовки структурных частей научных работ. Оформление структурных частей текста научно-исследовательской работы.	2

научно-исследовательских работ.	Стандарт оформления списка литературы и других источников.	2
	Особенности подготовки к защите научно-исследовательской работы. Подготовка презентации к защите научно-исследовательской работы.	2
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие. Литературное оформление и защита научно-исследовательской работы.	2
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Литературное оформление и защита научно-исследовательских работ»	10
Раздел 4. Использование основ исследовательской деятельности на практике.		
Тема 4.1. Использование основ исследовательской деятельности на практике	Содержание учебного материала	12
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	12
	Практическое занятие. Структура глав.	1
	Практическое занятие. Язык и стиль научной работы.	1
	Практическое занятие. Ссылки в тексте.	1
	Практическое занятие. Сокращения.	1
	Практическое занятие. Представление иллюстративного материала.	1
	Практическое занятие. Оформление списка используемой литературы.	1
	Практическое занятие. Вступление и заключение.	1
	Практическое занятие. Структура доклада.	1
	Практическое занятие. Анализ результатов практического исследования, оформление результатов работы.	2
	Практическое занятие. Главная часть: методы изложения материала, приемы привлечения внимания аудитории.	2
	Самостоятельная работа	10
	Подготовка сообщения, доклада по теме «Использование основ исследовательской деятельности на практике»	10
Консультации		10
Промежуточная аттестация		-
Всего:		234

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, лабораторно-практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации (кабинет общеобразовательной подготовки): комплект аудиторной мебели (стол преподавателя, стул преподавателя, столы обучающихся, стулья обучающихся); доска аудиторная; технические средства обучения (набор демонстрационного оборудования: персональный компьютер с доступом в сеть «Интернет» и в электронную информационно-образовательную среду организации, мультимедийный проектор, экран); учебно-наглядные материалы по тематике дисциплины; комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства: ОС Microsoft Windows 10 Pro x64, ОС Microsoft Windows 8.1 Professional Academic OLP, Microsoft Office 2013 Russian, Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN, ПЕД ОС, Google Chrome, Яндекс Браузер, 7zip, 360 Total Security.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; комплект аудиторной мебели.

3.2. Литература

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации обеспечен печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами.

3.2.1. Основная литература (печатные и/или электронные издания)

1. Куikliна, Е. Н. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. Н. Куikliна, М. А. Мазниченко, И. А. Мушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08818-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562523>

3.2.2. Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium - www.znanium.com
2. ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru>
3. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации - <http://docs.cntd.ru>
4. Официальный интернет-портал правовой информации - Государственная система правовой информации - <http://pravo.gov.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках дисциплины	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий, продвинутый уровень сформированности
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	компетенций, глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, причем не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности компетенций, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	необходимыми навыками и приемами их выполнения.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	«Удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	

мероприятий и занятий.		компетенций, имеет знания
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5.	только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Задания открытого типа 1-5. Задания комбинированного типа 1-5. Задания закрытого типа на установление соответствия 1-2. Задания закрытого типа на установление последовательности 1-2. Задание открытого типа с развернутым ответом.	«Неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.