

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Пономарева Светлана Викторовна  
Должность: Проректор по УР и НО  
Дата подписания: 17.01.2024 19:26:07  
Уникальный программный ключ:  
bb52f959411e64617366ef3977b97e87170b1a2d



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

(ДГТУ)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УР и НО

\_\_\_\_\_ С.В. Пономарева  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

## Физическая культура

### рабочая программа дисциплины

Закреплена за	<b>Авиационный колледж</b>
Учебный план	49.02.01-2022-1-ФК9.plx Физическая культура Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы среднего общего образования: гуманитарный профиль
Квалификация	<b>Педагог по физической культуре и спорту</b>
Форма обучения	<b>очная</b>

Часов по учебному плану	380	Формы контроля в семестрах:
в том числе:		зачеты с оценкой 4, 6, 8
аудиторные занятия	190	
самостоятельная работа	190	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	3		4		5		6		7		8		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Неделя	16		20		16 3/6		18 3/6		12		12			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	24	24	36	36	24	24	48	48	34	34	24	24	190	190
Итого ауд.	24	24	36	36	24	24	48	48	34	34	24	24	190	190
Сам. работа	24	24	36	36	24	24	48	48	34	34	24	24	190	190
Итого	48	48	72	72	48	48	96	96	68	68	48	48	380	380

2022 г.

Программу составил(и):

*Рук. физ. восп., Долгов Алексей Васильевич;Преп., Бареева Елена Камильевна;Преп., Семайтите Яна Алексеевна*

Рецензент(ы):

*Зам. дир. по ВЧ АК, Рухлев И. О.;Войлок Т.Н.* \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Физическая культура**

разработана в соответствии с ФГОС СПО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (программа подготовки специалистов среднего звена). (приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 г. № 976)

составлена на основании учебного плана:

Физическая культура

Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы среднего общего образования:  
гуманитарный профиль

утвержденного Учёным советом университета от 19.04.2022 протокол № 13.

Рабочая программа одобрена на заседании педагогического совета

**Авиационный колледж**

Протокол от 31.08.2022 г. № 1

Срок действия программы: 2022-2026 уч.г.

Директор АК Зибров В.А. \_\_\_\_\_

<b>1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	
1.1	-формирование физической культуры личности будущего профессионала востребованного на современном рынке
1.2	-развитие физических качеств и способностей ,совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
1.3	-формирование здорового и спортивного стиля жизни, воспитание бережного отношения к собственному
1.4	-формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	ОГСЭ.05.
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Основы безопасности жизнедеятельности
2.1.2	Физическая культура
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Безопасность жизнедеятельности
2.2.2	Охрана труда

<b>3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) - ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТУ ОСВОЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>ОК 2: Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</b>	
<b>ОК 3: Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</b>	
<b>ОК 6: Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</b>	
<b>ОК 10: Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</b>	
<b>ПК 1.1.: Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.</b>	
<b>ПК 1.2.: Проводить учебно-тренировочные занятия.</b>	
<b>ПК 1.3.: Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.</b>	
<b>ПК 1.4.: Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.</b>	
<b>ПК 1.5.: Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.</b>	
<b>ПК 1.6.: Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.</b>	
<b>ПК 1.7.: Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.</b>	
<b>ПК 1.8.: Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.</b>	
<b>ПК 2.1.: Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</b>	
<b>ПК 2.2.: Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</b>	
<b>ПК 2.3.: Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</b>	
<b>ПК 2.4.: Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</b>	
<b>ПК 2.5.: Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</b>	
<b>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.</b>	
<b>ПК 3.3.: Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.</b>	
<b>ЛР 1: Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе, и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве</b>	

ЛР 3: Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней

ЛР 9: Сознательный ценностный образ жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

ЛР 13: Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности

ЛР 14: Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения

ЛР 15: Проявляющий активную позицию в развитии физической культуры и спорта, участвующий в деятельности Студенческого спортивного клуба, волонтерском движении в области физической культуры и спорта и других объединениях, а также мероприятиях, деятельность которых ориентирована на развитие и популяризацию физической культуры и спорта

ЛР 16: Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

<b>3.1 Знать:</b>	
3.1.1	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек; основы здорового образа жизни; способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.
<b>3.2 Уметь:</b>	
3.2.1	выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной, адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики; проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять контрольные упражнения, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, баскетболу, гимнастике, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма. выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, баскетболу, гимнастике, волейболу с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Актив и Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Легкая атлетика						

1.1	Техника выполнения бега на короткие дистанции 40 м.,60 м. /Пр/	3	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
1.2	Подготовить сообщение на тему: профилактика заболеваний по средствам ФК. /Ср/	3	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
1.3	ОРУ. Техника выполнения эстафетного бега 4х60 м. /Пр/	3	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
1.4	Скоростно-силовые упражнения. Бег – 60 м. /Пр/	3	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
1.5	Техники выполнения бега на длинные дистанции. /Пр/	3	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
1.6	Техники выполнения бега на средние дистанции, бег – 500 м., 1000 м. /Пр/	3	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	

1.7	ОРУ. Техника метания мяча на дальность. /Пр/	3	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
1.8	Подготовить сообщение на тему: методика бега на средние дистанции. /Ср/	3	24	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
<b>Раздел 2. Элементы спортивной и художественной гимнастики</b>							
2.1	Гимнастика – выполнение упражнений с гантелями, перекладина высокая. Упражнений на равновесие, на развитие силы. /Пр/	4	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.2	Техника лазания через скамейку, подъема переворота. Упражнение на координацию, перекладина снизу. /Пр/	4	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.3	Стойка на лопатках, мост из положения стоя. /Пр/	4	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.4	Техника выполнения кувырков вперед, назад, мостика из положения стоя. /Пр/	4	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	

2.5	Акробатическая связка: соединение элементов. /Пр/	4	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.6	Совершенствование колеса влево, вправо. Упражнение с отягощением. /Пр/	4	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.7	Стойка на лопатках. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. /Пр/	4	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
2.8	Подготовить сообщение на тему: основные методы тренировки легкоатлетов. /Ср/	4	36	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
2.9	Дифференцированный зачет. /Пр/	4	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
<b>Раздел 3. Спортивные игры.</b>							
3.1	Совершенствование техники передвижения, перемещения различными способами. /Пр/	5	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.2	Совершенствование передачи мяча вверх над собой, во встречных колонах. /Пр/	5	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	

3.3	Совершенствование передачи мяча снизу над собой, во встречных колонах. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.4	Прием мяча после подачи на месте. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.5	Выполнение нападающего удара из зон № 2,4. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.6	Выполнение одиночного блокирования из зон № 2,4. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.7	Подготовить сообщение на тему: влияние ФК на организм человека. /Ср/	5	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
3.8	Выполнение одиночного блокирования из зон № 2,4. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	



3.9	Прием нападающего удара через сетку. /Пр/	5	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.10	Судейство игры. Двусторонняя игра. /Пр/	5	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
3.11	Подготовить сообщение на тему: подвижные игры. /Ср/	5	18	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>							
4.1	ТБ при игровых видах спорта. Баскетбол основные правила игры б/б. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.2	Баскетбол: совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Ведение мяча. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.3	Ловля и передача мяча одной, двумя руками на месте, в движении. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		

4.4	Передача и ловля мяча с отскоком от пола, при встречном движении. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.5	Броски по кольцу двумя руками сверху. Учебная игра. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.6	Выполнение штрафных бросков. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.7	Двухсторонняя учебная игра. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.8	Судейство. Учебная игра. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
4.9	Подготовить сообщение на тему: баскетбол. /Ср/	6	24	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
	<b>Раздел 5. Общая физическая подготовка</b>						

5.1	Силовые упражнения: подтягивание и вис на согнутых руках. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
5.2	Прыжки в длину с места. Бег : 2x400м., 1x800м. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
5.3	Подготовить сообщение на тему: виды физических нагрузок, и их интенсивность. /Ср/	6	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		
<b>Раздел 6. Легкая атлетика</b>							
6.1	Техника бега на короткие и средние дистанции. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
6.2	Подготовить сообщение на тему: профилактика проф. заболеваний. /Ср/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		
6.3	Техника бега на длинные дистанции. Челночный бег 3x10 м. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		

6.4	Техника метания, прыжки в длину. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2		
6.5	Бег с высокого старта. Бег 500 м., 1000 м. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
6.6	Совершенствование низкого старта. Эстафетный бег. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
6.7	Кроссовая подготовка. Бег 2000 м., 3000 м. /Пр/	6	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
6.8	Подготовить сообщение на тему: легкая атлетика. /Ср/	6	16	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		
6.9	Дифференцированный зачет. /Пр/	6	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
	<b>Раздел 7. Элементы спортивной и художественной гимнастики</b>						

7.1	Упражнение на силу и выносливость. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
7.2	Перекладина: подтягивание на результат. Стойка на руках. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
7.3	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Упражнение на растяжку. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
7.4	ОРУ, упражнения на гибкость и растяжку. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2	0	
7.5	Поднимание туловища из положение лежа. Шпагат и полу шпагат. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	
7.6	Совершенствование упражнение на гибкость. Прыжки на скакалке. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2	0	

7.7	Подготовить сообщение на тему: Специальная физическая подготовка и распределение средств в учебном процессе. /Ср/	7	18	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
	<b>Раздел 8. Спортивные игры. Волейбол</b>						
8.1	Верхняя и нижняя передача мяча в парах .Нападающий удар по зонам. Прием нападающего удара. /Пр/	7	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
8.2	Подготовить сообщение на тему: основы здорового образа жизни. /Ср/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
8.3	Техника игры в защите. Поддача нападающий удар. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
8.4	Техника нападение. Прием и блокирования. /Пр/	7	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
8.5	Подготовить сообщение на тему: восстановление работоспособности после тренировки. /Ср/	7	12	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		
8.6	<b>Раздел 9. Баскетбол</b>						

	Баскетбол. Ведение мяча на месте и в движении. Броски кольца. /Пр/	8	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
9.1	Зонная защита, двойной шаг. Двойной бросок. /Пр/	8	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
9.2	Техника игры в нападении. Атакующие моменты игры. /Пр/	8	6	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
9.3	Техника игры в защите. Защитные моменты игры. /Пр/	8	4	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2		
9.4	Подготовить сообщение на тему: Краткие сведения о правилах соревнований по спортивному ориентированию. /Ср/	8	24	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		
9.5	Дифференцированный зачет. /Пр/	8	2	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 10; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.7.; ПК 1.8.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 2.5.; ПК 2.6.; ПК 3.3.; ЛР 1; ЛР 3; ЛР 9; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15; ЛР 16	Л1.1 Л1.2 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2		

#### 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Прилагается

#### 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 6.1. Рекомендуемая литература

##### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л1.1	Решетников, Н. В., Кислицын, Ю. Л.	Физическая культура: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования	М.: Академия, 2018	75
Л1.2	Бишаева, А. А.	Физическая культура: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования	М.: Академия, 2018	100
<b>6.1.2 Дополнительная литература</b>				
Э1	Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/457504">http://www.biblio-online.ru/bcode/457504</a>			ЭБС
Э2	Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/465965">http://www.biblio-online.ru/bcode/465965</a>			ЭБС
<b>6.1.3. Периодические издания</b>				
Л3.1	Теория и практика физической культуры: науч.-теорет. журн.: [14+] / гл. ред. Л. Лубышева; науч.-изд. центр "Теория и практика физ. культуры". — Москва : Теория и практика физ. культуры, 2008-2021. — ISSN 0040-3601.			
Л3.2	Физкультура и спорт: ежемес. журн.: [12+] / гл. ред. И. Сосновский; учредитель: ЗАО "Ред. журн. "Физкультура и спорт". — Москва : Первая Образцовая типография, 1995-1996, 1998-2021. — ISSN 0130-5670.			
<b>6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>				
6.2.1	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub</a>			
6.2.2	ЭБС издательства «Лань» - <a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>			
6.2.3	ЭБС IPRbooks - <a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>			
6.2.4	ЭБС «Znanium.com» - <a href="https://znanium.com/">https://znanium.com/</a>			
6.2.5	ЭБС Юрайт - <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>			
6.2.6	База электронных учебно-методических материалов ИСОиП - <a href="https://libdb.sssu.ru/">https://libdb.sssu.ru/</a>			
<b>6.3. Перечень информационных технологий</b>				
<b>6.3.1 Перечень программного обеспечения</b>				
6.3.1.1	Microsoft Windows (лицензионное ПО);			
6.3.1.2	Trend Micro Office Scan Enterprise Security (лицензионное ПО);			
6.3.1.3	Microsoft Office (лицензионное ПО).			
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>				
6.3.2.1	Справочная правовая система «Консультант Плюс»;			
6.3.2.2	Информационно - правовая система «Законодательство России»;			
6.3.2.3	Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека».			
<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>				
7.1	Спортивный зал: Оснащение: гимнастическая стенка, сетка волейбольная, щиты и кольца баскетбольные, ворота для мини-футбола, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, лавочки гимнастические.			
7.2	Тренажерный зал. Оснащение: машина гриф штанги, штанга спортивная, тренажер «Беговая дорожка», велотренажеры, универсальный тренажер.			
7.5	Кабинет для самостоятельной работы обучающихся. Оснащение: столы ученические, стулья ученические, компьютерные столы, доска классная, полка книжная, тумба, персональные компьютеры, подключенные к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечивающие доступ в электронную информационно-образовательную среду.			
7.6	Библиотека. Оснащение: компьютерный стол, стулья, персональный компьютер, подключенный к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и информационной системе.			
7.7	Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет. Оснащение: компьютерные столы, стулья, персональные компьютеры, подключенные к информационно- телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечивающие доступ в электронную информационно- образовательную среду.			
<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ</b>				
Прилагается.				