# ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ ИМ. ПРОФ. М.А. БОНЧ-БРУЕВИЧА» (СП6ГУТ)

АРХАНГЕЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ ИМ. Б.Л. РОЗИНГА (ФИЛИАЛ) СП6ГУТ (АКТ (ф) СП6ГУТ)

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности:

09.02.13 Интеграция решений с применением технологий искусственного интеллекта

программа учебной дисциплины составлена Рабочая основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением искусственного интеллекта, примерной основной образовательной программы по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением искусственного интеллекта и в соответствии с учебным планом по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением искусственного интеллекта.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена цикловой комиссией Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол № 3 от 12 могоры 2025 г.

Председатель \_\_\_\_\_\_ Д.Н. Угловская

Составитель:

С.А. Яковлев, преподаватель высшей квалификационной категории АКТ (ф) СПбГУТ, «Отличник физической культуры и спорта»

## СОДЕРЖАНИЕ

1	РАЩАЯ	ХАРАКТЕРИСТИКА	РАБОЧЕЙ	4
	ПРОГРАММЫ	УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		

- 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ 5 ДИСЦИПЛИНЫ
- 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ 15 ДИСЦИПЛИНЫ
- 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ 18 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

#### 1.1 Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.04 Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением искусственного интеллекта.

#### 1.2 Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
OK 04 OK 05 OK 08	У.1Использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У.2. применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; У.3. пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии.	3.1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; 3.2. основы здорового образа жизни; 3.3. условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; 3.4. правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

# 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов			
Объем образовательной программы учебной дисциплины	188			
Самостоятельная работа	30			
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	158			
в т.ч. в форме практической подготовки	146			
в том числе:				
теоретическое обучение	10			
практические занятия	146			
итоговое занятие	2			
Промежуточная аттестация в форме зачета, зачета, зачета, зачета, зачета, зачета,				

# 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Теоретич	ческие основы физической культуры и формирование ЗОЖ	8	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала	2	ОК 04
Физическая культура в общекультурной и профессионально	1 Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»	2	OK 05 OK 08
й подготовке	Самостоятельная работа обучающихся №1	4	
студентов	Подготовка доклада на тему (на выбор): «Понятие и значение физической культуры», «Физическая подготовка и профессиональная карьера»	4	
Тема 1.2.	Содержание учебного материала	2	OK 04

Основы методики	1	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в		OK 05
самостоятельных		процессе выполнения упражнений. Влияние занятий		OK 08
занятий		физическими упражнениями на функциональные		
физическими		возможности человека, умственную и физическую		
упражнениями,		работоспособность, адаптационные возможности человека.	2	
самоконтроль		Формирование валеологической компетенции в оценке	2	
занимающихся		уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и		
физическими		целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и		
упражнениями и		содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и		
спортом		критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля		
Раздел 2. Практич	<b>тески</b>	е основы формирования физической культуры личности.	43	
Легкая атлетика				
Тема 2.1.	Пра	актические занятия	14	ОК 04
Совершенствован			14	ОК 05
ие техники бега	1	Биомеханические основы техники бега	4	OK 08
на короткие	2	Техники низкого старта и стартового ускорения	4	
дистанции,	3	Бег по дистанции	2	
технике	4	Финиширование, специальные упражнения	4	
спортивной ходьбы				
Тема 2.2.	Пъс	NATIVIA DAVIGENIA		OK 04
Совершенствован	IIpa	актические занятия	4	OK 04 OK 05
ие техники	5	Concernation of the control of the c		OK 03 OK 08
длительного бега	3	Совершенствование техники длительного бега во время	2	OK 06
длительного оста		кросса до 15-20 минут.		_
	6	Техники бега на средние и длинные дистанции	2	
		иостоятельная работа обучающихся №2	3	
	l l	полнение комплекса утренней физической зарядки с акцентом		
		выполнение общеразвивающих упражнений, специальных	3	
	бего	овых упражнений		

<b>Тема 2.3.</b> Совершенствован	Пра	ктические занятия	2	OK 04 OK 05
ие техники прыжка в длину с места, с разбега	7	Специальные упражнения прыгуна, ОФП	2	OK 08
Тема 2.4.	Пра	ктические занятия	2	OK 04
Эстафетный бег 4х100. Челночный бег	8	Выполнение эстафетного бега 4х100, челночного бега	2	OK 05 OK 08
Тема 2.5.	Пра	ктические занятия	18	ОК 04
Выполнение контрольных	9	Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, бег на выносливость	4	OK 05 OK 08
нормативов в беге и прыжках	10	Выполнение контрольных нормативов в беге 500 м (д), 1000 м (ю)	4	
	11	Выполнение контрольных нормативов в беге 2000 м (д), 3000 м (ю)	2	
	12	Выполнение контрольных нормативов: прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги»	4	
	13	Бег на выносливость	4	
Раздел 3. Волейбол	I		35	
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения.	Пра	актические занятия	2	OK 04
Общая физическая подготовка (ОФП)	14	Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП	2	OK 05 OK 08
	Can	остоятельная работа обучающихся №3	3	
	Инд	цивидуальная работа: выполнение комплекса утренней	3	

		ческой зарядки с акцентом на силовые и скоростно-силовые		
	- 1	жнения.		
		повая работа: посещение секционных занятий		070.04
Тема 3.2.	Hpai	ктические занятия	4	OK 04
Приемы и	15	Выполнение комплекса упражнений по ОФП		OK 05
передачи мяча				OK 08
снизу и сверху			4	
двумя руками.				
ОФП				
Тема 3.3.	Прав	ктические занятия	4	OK 04
Нижняя прямая и	16	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей,		OK 05
боковая подача.		плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног	4	OK 08
ОФП				
Тема 3.4.		ктические занятия	4	OK 04
Верхняя прямая	<b>17</b>	Обучение стойки волейболиста, верхней подачи,	4	OK 05
подача. ОФП		нападающему удару	т	OK 08
Тема 3.5.	Прав	ктические занятия	2	OK 04
Тактика игры в				OK 05
защите и	18	Отработка тактики игры в защите и нападении,	2	OK 08
нападении		выполнение приёмов передачи мяча	<i>L</i>	
Тема 3.6.	Прав	ктические занятия	2	ОК 04
Основы методики	19	Отработка навыков судейства в волейболе	2	OK 05
судейства			2	OK 08
Тема 3.7.	Праг	ктические занятия	10	ОК 04
Контроль	20	Выполнение передачи мяча в парах	2	OK 05
выполнения	21	Игра по упрощённым правилам волейбола	4	ОК 08
тестов по	22	Игра по правилам	4	
волейболу	Сам	остоятельная работа обучающихся №4	4	

	Подг	готовка к тесту по теме «Волейбол»	4	
Раздел 4. Баскетбо	J		32	
Тема 4.1.			2	OK 04
Стойка игрока,	1	Техника передвижений и базовых позиций в баскетболе:		OK 05
перемещения,		правильная стойка игрока, эффективные способы	2	OK 08
остановки,		перемещений, остановки и поворотов на площадке		
повороты. ОФП	Праг	ктические занятия	2	OK 04
	23	Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого	2	OK 05
		пояса, ног	2	OK 08
Тема 4.2.	Праг	ктические занятия	4	OK 04
Передачи мяча.	24	Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых		OK 05
ОФП		и координационных способностей, упражнений для	4	OK 08
		развития верхнего плечевого пояса		
	Сам	остоятельная работа обучающихся №5	4	
	Инди	ивидуальная работа: выполнение комплекса утренней		
	физи	ческой зарядки с акцентом на силовые и скоростно-силовые	1	
	упра	жнения.	4	
	Груп	повая работа: посещение секционных занятий		
Тема 4.3.	Праг	ктические занятия	2	ОК 04
Ведение мяча и	25	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей,		OK 05
броски мяча в		плечевого пояса, ног, брюшного пресса		OK 08
корзину с места, в			2	
движении,				
прыжком. ОФП				
Тема 4.4.	Праг	ктические занятия	4	ОК 04
Техника	26	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей,		OK 05
штрафных		плечевого пояса, ног	4	ОК 08
бросков. ОФП			4	

Тема 4.5.	Пра	ктические занятия	8	OK 04
Тактика игры в	27	Игра по упрощенным правилам баскетбола	4	OK 05
защите и			4	OK 08
нападении. Игра	28	Игра по правилам		
по упрощенным				
правилам			4	
баскетбола. Игра				
по правилам				
Тема 4.6.	Пра	ктические занятия	6	OK 04
Практика	29	Практика в судействе соревнований по баскетболу	2	OK 05
судейства в	30	Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с		OK 08
баскетболе		остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной	4	
		бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»		
Раздел 5. Гимнастика		26		
Тема 5.1.	Пра	ктические занятия	2	OK 04
Строевые приемы	31	Отработка строевых приёмов	2	OK 05
			<u> </u>	OK 08
Тема 5.2.	Пра	ктические занятия	2	ОК 04
Техника	32	Отработка техники акробатических упражнений	2	OK 05
акробатических	Сам	остоятельная работа обучающихся №6	4	ОК 08
упражнений	Напи	исание доклада на тему (на выбор): «Гимнастика как основа		
	гарм	оничного физического развития», «История художественной		
	ГИМН	настики: от истоков до современности», «Спортивная	4	
	ГИМН	настика как путь к успеху: секреты чемпионского		
	маст	терства»		
<b>Тема 5.3.</b> (одна из	Сод	ержание учебного материала	2	ОК 04
двух тем)	1	Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные		OK 05
Упражнения на		упражнения, соскоки. Знать правила техники	2	ОК 08
брусьях (юноши).		безопасности; уметь страховать партнера, комплексы		

Гиревой спорт		упражнений с гантелями, гирями.		
		Разучивание и выполнение связок на снаряде. ППФП		
	Пра	ктические занятия	4	
	33	Разучивание и выполнение упражнений с гирями		
<b>Тема 5.3.</b> (одна из		Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы		
двух тем)		упражнений, ритмическая гимнастика (по курсам)	4	
Упражнения на			4	
бревне				
(девушки). ППФП				
Тема 5.4.	Соде	ержание учебного материала	2	ОК 04
Составление	1	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология;		OK 05
комплекса ОРУ и		составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами		OK 08
проведение их		(мячи, палки, скакалки и др.). Направленность	2	
обучающимися		общеразвивающих упражнений; основные положения рук,	2	
		ног, проведение с группой по одному общеразвивающему		
		упражнению, комплекс ОРУ		
	Пра	ктические занятия	10	ОК 04
	34	Выполнение комплекса ОРУ	2	OK 05
	35	Контроль выполнения комплексов ОРУ.	2	OK 08
	36	Техника выполнения упражнений по атлетической	2	
		гимнастике. Методы регулирования нагрузки.	2	
	37	Контроль комбинации на бревне, брусьях.	2	
	38	Контроль выполнения упражнений по атлетической	2	
		гимнастике. ППФП	2	
Раздел 6. Бадминт	0Н		24	
Тема.6.1.	_	ктические занятия	4	OK 04
Игровая стойка,	39	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей,		OK 05
основные удары в		плечевого пояса, ног, брюшного пресса	4	OK 08
бадминтоне				

Тема 6.2.	Прав	ктические занятия	2	ОК 04
Подачи	40	Отработка подач	2	OK 05
	Сам	остоятельная работа обучающихся №7	4	OK 08
		ение правил игры по бадминтону	4	
Тема 6.3.	- ·	ктические занятия	2	ОК 04
Нападающий удар	41	Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»	2	OK 05
				OK 08
Тема 6.4.		ктические занятия	12	OK 04
Судейство	42	Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований	4	OK 05
соревнований по		по бадминтону		OK 08
бадминтону	43	Контроль техники подач, ударов справа, слева	2	
	44	Контроль техники игры: одиночные, парные игры	2	
	45	Игра по правилам	4	
Раздел 7. Настолы	ный т	еннис	14	
Тема 7.1.	Пра	ктические занятия	10	ОК 04
Настольный теннис	46	Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки.	2	OK 05 OK 08
	47	Обучение тактическим и техническим действиям, подаче.	4	
	48	Игра	4	
	Сам	остоятельная работа обучающихся №8	4	
	Изуч	нение правил игры в настольный теннис	4	
Раздел 8. Лыжная			4	
Тема 5.1	Прав	ктические занятия	4	ОК 04
Лыжная	49	Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный		ОК 05
подготовка		классический ход и попеременные лыжные ходы.	4	ОК 08
		Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по	4	
		пересечённой местности.		

	Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов		
	и неровностей в лыжном спорте.		
	Прыжки на лыжах с малого трамплина.		
	Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км		
	(юноши).		
	В случае отсутствия снега лыжная подготовка может		
	быть заменена кроссовой подготовкой.		
	Кроссовая подготовка.		
	Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км.		
Обзорное занятие			ОК 04
		2	ОК 05
			ОК 08
Всего:		188	

#### 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Спортивный зал, оснащенный оборудованием и техническими средствами обучения: щиты и кольца баскетбольные – 2 шт., стойки и сетка волейбольные, ворота футбольные, рулетки, разметка площадок, ракетки для настольного тенниса, «шведская» стенка и перекладины, скакалки, стойки, тренажерные устройства «Защитник» и «Лестница», гимнастические скамейки, мяч волейбольный игровой Мікаsа mva200 – 3 шт., мяч волейбольный игровой – 1 шт., мяч волейбольный Тоrres – 15 шт., обувь спортивная – 11 шт., ракетка Atemi pro 1000 – 4 шт., секундомер – 4 шт., скамейка для пресса СТ-311 (компл) – 1 шт., скамья аудиторная – 16 шт., тренажёр для пресса (скамья FE03) – 1 шт., форма волейбольная Asics (женская) – 10 шт., форма легкоатлетическая – 11 шт., шкаф 2х створч.полированный – 7 шт., антенна для вол.сетки+карманы – 1 шт.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий. беговая дорожка асфальтированная-1шт., турник металлический -2шт., брусья металлические -4шт., горизонтальный рукоход металлический -2шт.

Лыжная база с лыжехранилищем, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: ботинки лыжные Fischer -2 шт., винтовка пневмат.MP-512-2 шт., винтовка пневматическая MP-512-1 шт., винтовка пневматическая (ГДР) -1 шт., пневматическая винтовка -4 шт., комбинезон лыжный (гоночный) -3 шт., лыжероллеры -3 шт., лыжи Fisher RCS carbolnite -2 шт., лыжи беговые+креплен+ботинки -1 шт., лыжи гоночные -1 шт., лыжи гоночные коньковые -4 шт., лыжи гоночные коньковые -3 шт., ботинки лыжные -26 шт., утюг для подготовки лыж -1 шт., ботинки лыжные + крепления -15 шт., ботинки лыжные NNN+крепления -19 шт., ботинки лыжные SPINE NNN + крепление лыжное NNN -5 шт., крепления лыжные 75 мм, -11 шт., палки лыжные -41 шт., палки лыжные STC -4 шт., станок для подготовки лыж -1 шт., утюг Start -1 шт. чехол для беговых лыж -2 шт., лыжи пластик -15 шт., лыжи пластиковые -20 шт., лыжи прогулочные -10 шт., крепления лыжные Salomon -2 шт., крепления лыжные чёрные -15 шт., лыжи -40 шт.

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

#### 3.2.1 Основные печатные и электронные издания:

- 1. Андрюхина Т. В. Физическая культура: учебник для 10—11 классов / Т. В. Андрюхина, Н. В. Третьякова. Москва: Русское слово, 2020. 176 с. ISBN 978-5-00092-902-5. URL: https://ibooks.ru/bookshelf/374162/reading. Режим доступа: для зарегистр. пользователей. Текст: электронный.
- 2. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры / А. В. Журин. 4-е изд., стер. Санкт-Петербург : Лань, 2024. 56 с. ISBN 978-5-507-47339-7 // Лань : электронно-библиотечная система. URL: https://e.lanbook.com/book/362294. Режим доступа: для авториз. пользователей. Текст : электронный.
- 3. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Юрайт, 2025. 609 с. (Профессиональное образование). ISBN 978-5-534-18616-1 // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: https://urait.ru/bcode/565611. Режим доступа: для зарегистр. пользователей. Текст : электронный.
- 4. Физическая культура. Бадминтон. Правила игры, техника, тактика, учебно-методическое Федеральное методика обучения пособие государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский университет государственный телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича" (СПбГУТ), Архангельский колледж телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга (филиал) СПбГУТ им. проф. М.А. Бонч-Бруевича; сост. С. А. Яковлев. - Архангельск : Архангельский колледж телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга (филиал) СПбГУТ им. проф. М.А. Бонч-Бруевича, 2024. - 70 с. - Текст: непосредственный.
- 5. Физическая культура. Настольный теннис. Правила игры, техника, тактика, методика обучения. : учебно-методическое пособие / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича" (СПбГУТ), Архангельский колледж телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга (филиал) СПбГУТ им. проф. М.А. Бонч-Бруевича ; сост. С. А. Яковлев. Архангельски колледж телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга (филиал) СПбГУТ им. проф. М.А. Бонч-Бруевича, 2024. 34 с. Текст : непосредственный.
- 6. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. Москва: ИНФРА-М, 2023. 197 с. (Среднее профессиональное образование). ISBN 978-5-16-015948-5. URL: https://znanium.com/catalog/product/1905554. Режим доступа: по подписке. Текст: электронный.

#### 3.2.2 Дополнительные источники:

1. Погадаев, Г. И. Физическая культура: 10-11-е классы: базовый уровень : учебник / Г. И. Погадаев. — 9-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 287 с. — ISBN 978-5-09-095244-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-

библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/334886">https://e.lanbook.com/book/334886</a> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

# 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний,	Характеристики демонстрируемых знаний	<ul><li>тестирование;</li><li>оценка результатов</li></ul>
осваиваемых в рамках дисциплины:	демонстрируемых знании	выполнения
дисциплины.	Отражение в портфолио	практических работ;
3.1. Роль физической	роли физической	<ul><li>– оценка выступления</li></ul>
культуры в	культуры, принципов	с докладом
общекультурном,	здорового образа жизни,	(сообщением);
профессиональном и		- оценка результатов
социальном развитии	сберегающего режима	выполнения
человека;	работы и рабочего места,	самостоятельной
3.2. основы здорового		работы;
образа жизни;	Не менее 60%	- зачет, зачет, зачет,
3.3. условия	правильных ответов теста.	зачет, зачет,
профессиональной		дифференцированный
деятельности и зоны		зачет
риска физического		
здоровья для профессии;		
3.4. правила и способы		
планирования системы		
индивидуальных		
занятий физическими		
упражнениями		
различной		
направленности.		
Перечень умений,	Характеристики	- выполнение
осваиваемых в рамках	демонстрируемых умений	контрольных
дисциплины:		нормативов;
	Соответствие	- оценка результатов
У.1. Использовать	нормативам	выполнения
физкультурно-		самостоятельной
оздоровительную		работы;
деятельность для		<ul> <li>проверка и анализ содержания докладов</li> </ul>
укрепления здоровья,		(рефератов);
достижения жизненных		- оценка результатов
и профессиональных		выполнения
целей; У.2. применять		практических работ;
<i>3.2.</i> применять		1 /

рациональные приемы	<i>-</i> зачет, зачет, зачет,
двигательных функций	зачет, зачет,
в профессиональной	дифференцированный
в профессиональной	дифференцированный
деятельности;	зачет
У.3 пользоваться	
средствами	
профилактики	
перенапряжения,	
характерными для	
данной профессии.	

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по учебной дисциплине представлены в комплекте оценочных материалов.