

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«МИЧУРИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Центр-колледж прикладных квалификаций

УТВЕРЖДЕНА  
решением учебно-методического  
совета университета  
(протокол от 18 апреля 2024 г. № 8)

УТВЕРЖДАЮ  
Председатель учебно-методического  
совета университета  
С.В. Соловьёв  
«18» апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной  
техники и оборудования

Мичуринск - 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 3</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>

## **ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

### **1.1. Область применения примерной программы**

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников в различных областях при наличии среднего общего образования.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура является обязательной дисциплиной социально - гуманитарного цикла, устанавливающей базовые знания, необходимые для получения профессиональных умений и навыков.

Освоению данной дисциплины предшествует изучение дисциплины «Физическая культура» в рамках основного общего образования.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

**знать:**

роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни;

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

средства профилактики перенапряжения.

Формируемые компетенции:

ОК.01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК.02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК.03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях

ОК.04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК.05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста

ОК.06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК.07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК.08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

#### **1.4. Рекомендуемое количество ак.часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 332 ак.часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 166 ак.часов; самостоятельной работы обучающегося 166 ак.часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем ак.часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>332</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>166</i>
в том числе:	
теоретические занятия	<i>12</i>
практические занятия	<i>154</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>166</i>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	<i>166</i>
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем ак. часов	Уровень усвоения	
1	2	3	4	
<b>Раздел 1. Основы физической культуры</b>				
Тема 1.1. Физическая культура профессиональной подготовки и социокультурное развитие личности	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ознакомительный репродуктивный	
	1. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья			
	2. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизических качеств			
<b>Раздел 2. Легкая атлетика</b>				
Тема 2.1. Техника бега на короткие дистанции. Прыжок в длину с места.	<b>Практические занятия</b>	38		
		14		
	1	Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта		ознакомительный репродуктивный
	2	Техника безопасности на занятия Л/а. Техника беговых упражнений		
	3	Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования		
	4	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив		
	5	Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив		
	6	Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив		
7	Техника прыжка в длину с места. Совершенствование техники прыжка, контрольный норматив			
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - написание реферата по теме «Легкая атлетика». - участие студентов в соревнованиях по легкой атлетике.		2		
Тема 2.2. Техника бега на средние и длинные дистанции.	<b>Практические занятия</b>	10	репродуктивный	
	1			Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования
	2			Техника бега по дистанции (беговой цикл)
	3			Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг)
	4			Техника бега на средние дистанции, контрольный норматив 500 м (девушки) и 1000 (юноши)
5	Техника бега на дистанции 2000 м, 3000 м, контрольный норматив			
Тема 2.3. Техника прыжка в длину с разбега. Техника эстафетного бега. Метание снарядов.	<b>Практические занятия</b>	12	репродуктивный	
	1			Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов
	2			Техника прыжка «в шаг» с укороченного разбега
	3			Техника прыжка способом «Согнув ноги», контрольный норматив
	4			Изучение техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки.
5	Техника метания гранаты, контрольный норматив			
<b>Раздел 3. Гимнастика</b>				
Тема 3.1. Строевые упражнения	<b>Практические занятия</b>	6	ознакомительный репродуктивный	
	1			<i>Строевые приемы на месте.</i> Условные обозначения гимнастического зала. Перестроение из 1 шеренги в 2,3 и обратно. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2, по 3 и обратно. Перестроение из одной шеренги в 3,4 «Уступом» и обратно.

	2	<i>Движение в обход, остановка группы в движении. Движение по диагонали, противходом, «змейкой» по кругу. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 3,4 поворотом в движении. Размыкание приставными шагами, по распоряжению.</i>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - написание реферата по теме «Гимнастика».		2	
Тема 3.2. Общеразвивающие упражнения	<b>Практические занятия</b>		6	репродуктивный
	1	<i>Раздельный способ проведения ОРУ. Основные и промежуточные положения прямых рук. Основные положения согнутых рук.</i>		
	2	<i>Основные стойки ногами. Наклоны, выпады, приседы. Упражнения сидя и лежа. Поточный способ проведения ОРУ.</i>		
Тема 3.3. Техника акробатических упражнений	<b>Практические занятия</b>		6	репродуктивный
	1	<i>Ознакомление с техникой акробатических упражнений. Выполнение комплекса акробатических упражнений.</i>		
	2	<i>Совершенствование техники акробатических упражнений.</i>		
<b>Раздел 4. Лыжная подготовка</b>			<b>32</b>	
Тема 4.1. Техника передвижения на лыжах	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	<i>Ознакомление с техникой передвижения классическим стилем.</i>		
	2	<i>Ознакомление с техникой передвижения коньковым стилем.</i>		
	3	<i>Изучение техники попеременного двухшажного хода.</i>		
	4	<i>Совершенствование техники попеременного двухшажного хода.</i>		
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - написание реферата по теме «Лыжная подготовка».		2		
Тема 4.2. Техника горнолыжной подготовки	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	<i>Ознакомление с техникой спусков и подъемов.</i>		
	2	<i>Ознакомление с торможением плугом, полу-плугом, экстренным торможением.</i>		
	3	<i>Изучение техники спусков и подъемов, торможения плугом, полу-плугом, экстренного торможения.</i>		
	4	<i>Совершенствование техники спусков и подъемов, торможения плугом, полу-плугом, экстренного торможения.</i>		
Тема 4.3. Прохождение дистанции	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	<i>Ознакомление с техникой прохождения дистанции.</i>		
	2	<i>Прохождение дистанции 3 км.</i>		
	3	<i>Прохождение дистанции 5 км.</i>		
	4	<i>Прохождение дистанции 10 км.</i>		
<b>Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)</b>			<b>34</b>	
Тема 5.1. Техника перемещений, стоек. Техника приема и передачи мяча сверху двумя руками	<b>Практические занятия</b>		8	репродуктивный
	<i>Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке:</i>			
	1	<i>Техника приема и передачи мяча сверху двумя руками.</i>		
	2	<i>Ознакомление с техникой приема и передачи мяча сверху двумя руками.</i>		
	3	<i>Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения</i>		
	4	<i>Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху двумя руками.</i>		
Тема 5.2. Техника приема и передачи мяча	<b>Практические занятия</b>		8	репродуктивный
	1	<i>Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками.</i>		
	2	<i>Техника прямого нападающего удара изучение и отработка</i>		

снизу двумя руками. Техника прямого нападающего удара	3	Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу двумя руками.		
Тема 5.3. Техника верхней и нижней подачи мяча	<b>Практические занятия</b>		8	репродуктивный
	1	Ознакомление и изучение техники подачи мяча.		
Тема 5.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом.	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	Учебная игра.		
	2	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. подача мяча на точность по ориентирам на площадке		
<b>Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)</b>			<b>36</b>	
Тема 6.1. Техника ведения и передачи мяча, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	<b>Практические занятия</b>		12	репродуктивный продуктивный
	1	Техника ведения и передачи мяча.		
	2	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу		
	3	Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста		
Тема 6.2. Комбинационные действия. Штрафные броски.	<b>Практические занятия</b>		12	репродуктивный
	1	Техника выполнения штрафного броска.		
	2	Изучение комбинационных действий защиты и нападения.		
Тема 6.3. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	<b>Практические занятия</b>		12	репродуктивный продуктивный
	1	Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо		
	2	Учебная игра по правилам.		
	3	Совершенствование штрафных бросков.		
<b>Раздел 7. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.</b>			<b>22</b>	
Тема 7.1. Общая физическая подготовка	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	Ознакомление с техникой выполнения упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, упражнений на подвижность и координацию.		
	2	Совершенствование техники выполнения упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, упражнений на подвижность и координацию.		
Тема 7.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	<b>Практические занятия</b>		10	репродуктивный
	1	Ознакомление с техникой выполнения упражнений для развития физических качеств и двигательных способностей.		
	2	Круговая тренировка на 5 - 6 станций <b>Дифференцированный зачет</b>	2	
<b>Всего:</b>			<b>184</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3.–продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» требует наличия спортивного зала, № 15/6

*Оснащенность:*

- 1.Беговая дорожка BRUMER
- 2.Маты
- 3.Ковры
- 4.Велотренажер Stingrey
- 5.Тренажеры
- 6.Мячи
- 7.Обручи
- 8.Гантели
- 9.Баскетбольное кольцо
- 10.Фитбол
- 11.Скакалки
- 12.Спортивный комплекс

Спортивный зал № 15/45

*Оснащенность:*

- 1.Параллельные брусья
- 2.Брусья гимнастические женские на растяжках
- 3.Переключатель гимнастический АТЛЕТ-М на растяжках
- 4.Мостик гимнастический подкидной (подпружиненный)
- 5.Бревно гимнастическое напольное 3м
- 6.Козел гимнастический
- 7.Стол для настольного тенниса
- 8.Стол для настольного тенниса

- 1.Велотренажеры
  - 2.Беговые дорожки
  - 3.Электрические тренажеры
  - 4.Штанга 125 кг
  - 5.Тренажер гребли
  - 6.Степ поворотный
  - 7.Степ поворотный
  - 8.Скамья
  - 9.Многофункциональные тренажеры
- Лыжная база, тренажерный зал, 15/52.

*Оснащенность:*

- 1.Велотренажеры
  - 2.Беговые дорожки
  - 3.Электрические тренажеры
  - 4.Штанга 125 кг
  - 5.Тренажер гребли
  - 6.Степ поворотный
  - 7.Скамья
  - 8.Многофункциональные тренажеры
- Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.



## **3.2. Информационное обеспечение обучения**

### **Основные источники:**

1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/489849>

### **Дополнительные источники:**

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 254 с. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/492770>

2. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/506927>

### **3.2.1 Информационные и цифровые технологии (программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

Учебная дисциплина (модуль) предусматривает освоение информационных и цифровых технологий. Реализация цифровых технологий в образовательном пространстве является одной из важнейших целей образования, дающей возможность развивать конкурентоспособные качества обучающихся как будущих высококвалифицированных специалистов.

Цифровые технологии предусматривают развитие навыков эффективного решения задач профессионального, социального, личностного характера с использованием различных видов коммуникационных технологий. Освоение цифровых технологий в рамках данной дисциплины (модуля) ориентировано на способность безопасно и надлежащим образом получать доступ, управлять, интегрировать, обмениваться, оценивать и создавать информацию с помощью цифровых устройств и сетевых технологий. Формирование цифровой компетентности предполагает работу с данными, владение инструментами для коммуникации.

### **3.2.2 Электронно-библиотечные системы и базы данных**

1. ООО «ЭБС ЛАНЬ» (<https://e.lanbook.ru/>) (договор на оказание услуг от 03.04.2024 № б/н (Сетевая электронная библиотека)

2. База данных электронных информационных ресурсов ФГБНУ ЦНСХБ (договор по обеспечению доступа к электронным информационным ресурсам ФГБНУ ЦНСХБ через терминал удаленного доступа (ТУД ФГБНУ ЦНСХБ) от 09.04.2024 № 05-УТ/2024)

3. Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт»: Коллекции «Базовый массив» и «Колос-с. Сельское хозяйство» (<https://rucont.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа от 26.04.2024 № 1901/БП22)

4. ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» от 07.05.2024 № 6555)

5. Электронно-библиотечная система «Вернадский» (<https://vernadsky-lib.ru>) (договор на безвозмездное использование произведений от 26.03.2020 № 14/20/25)

6. База данных НЭБ «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>) (договор о подключении к НЭБ и предоставлении доступа к объектам НЭБ от 01.08.2018 № 101/НЭБ/4712)

7. Соглашение о сотрудничестве по оказанию библиотечно-информационных и социокультурных услуг пользователям университета из числа инвалидов по зрению, слабовидящих, инвалидов других категорий с ограниченным доступом к информации, лиц, имеющих трудности с чтением плоскочечатного текста ТОГБУК «Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина» (<https://www.tambovlib.ru>) (соглашение о сотрудничестве от 16.09.2021 № б/н)

### 3.2.3 Информационные справочные системы

1. Справочная правовая система КонсультантПлюс (договор поставки, адаптации и сопровождения экземпляров систем КонсультантПлюс от 11.03.2024 № 11921 /13900/ЭС)
2. Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (договор на услуги по сопровождению от 15.01.2024 № 194-01/2024)

### 3.2.4. Современные профессиональные базы данных

1. База данных нормативно-правовых актов информационно-образовательной программы «Росметод» (договор от 15.08.2023 № 542/2023)
2. База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU – российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования - <https://elibrary.ru/>
3. Портал открытых данных Российской Федерации - <https://data.gov.ru/>
4. Открытые данные Федеральной службы государственной статистики - <https://rosstat.gov.ru/opendata>

### 3.2.5. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

№	Наименование	Разработчик ПО (правообладатель)	Доступность (лицензионное, свободно распространяемое)	Ссылка на Единый реестр российских программ для ЭВМ и БД (при наличии)	Реквизиты подтверждающего документа (при наличии)
1	Microsoft Windows, Office Professional	Microsoft Corporation	Лицензионное	-	Лицензия от 04.06.2015 № 65291651 срок действия: бессрочно
2	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	АО «Лаборатория Касперского» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/366574/?sphrase_id=415165">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/366574/?sphrase_id=415165</a>	Сублицензионный договор с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № б/н, срок действия: с 22.11.2023 по 22.11.2024
3	МойОфис Стандартный - Офисный пакет для работы с документами и почтой	ООО «Новые облачные технологии» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/301631/?sphrase_id=2698444">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/301631/?sphrase_id=2698444</a>	Контракт с ООО «Рубикон» от 24.04.2019 № 0364100000819000012 срок действия:

	(myoffice.ru)				бессрочно
4	Офисный пакет «Р7-Офис» (десктопная версия)	АО «Р7»	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/306668/?sphrase_id=4435041">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/306668/?sphrase_id=4435041</a>	Контракт с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № 0364100000823000007 срок действия: бессрочно
5	Операционная система «Альт Образование»	ООО "Базальт свободное программное обеспечение"	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303262/?sphrase_id=4435015">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303262/?sphrase_id=4435015</a>	Контракт с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № 0364100000823000007 срок действия: бессрочно
6	Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат ВУЗ» ( <a href="https://docs.antiplagiatus.ru">https://docs.antiplagiatus.ru</a> )	АО «Антиплагиат» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303350/?sphrase_id=2698186">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303350/?sphrase_id=2698186</a>	Лицензионный договор с АО «Антиплагиат» от 23.05.2024 № 8151, срок действия: с 23.05.2024 по 22.05.2025
7	Acrobat Reader - просмотр документов PDF, DjVU	Adobe Systems	Свободно распространяемое	-	-
8	Foxit Reader - просмотр документов PDF, DjVU	Foxit Corporation	Свободно распространяемое	-	-

### 3.2.6. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. CDTOwiki: база знаний по цифровой трансформации <https://cdto.wiki/>

### 3.2.7. Цифровые инструменты, применяемые в образовательном процессе

1. LMS-платформа Moodle
2. Виртуальная доска Миро: [miro.com](https://miro.com)
3. Виртуальная доска SBoard <https://sboard.online>
4. Виртуальная доска Padlet: <https://ru.padlet.com>
5. Облачные сервисы: Яндекс.Диск, Облако Mail.ru
6. Сервисы опросов: Яндекс.Формы, MyQuiz
7. Сервисы видеосвязи: Яндекс.Телемост, Webinar.ru
8. Сервис совместной работы над проектами для небольших групп Trello <http://www.trello.com>

### 3.2.8. Цифровые технологии, применяемые при изучении дисциплины

№	Цифровые технологии	Виды учебной работы, выполняемые с применением цифровой технологии
1.	Облачные технологии	Индивидуальные задания

2. Большие данные	Индивидуальные задания
-------------------	------------------------

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p><b>умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>- Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>- Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).</li> </ul>	<p>Демонстрировать умения применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности пользования средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка выполнения практического задания.</li> <li>- Выполнение индивидуальных заданий, принятие нормативов.</li> </ul>
<p><b>знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>- Основы здорового образа жизни;</li> <li>- Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);</li> <li>- Средства профилактики перенапряжения.</li> </ul>	<p>Демонстрировать знания роли физической культуры, основ здорового образа жизни, зоны физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Фронтальная беседа, устный опрос.</li> <li>- Тестирование.</li> </ul>

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования, утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 14 апреля 2022 года № 235.

**Автор:**

Андреева О.П., преподаватель высшей квалификационной категории центра–колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

**Рецензент:**

Гладышев А.В., преподаватель высшей квалификационной категории центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

Программа рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «18» апреля 2022 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 9 от «20» апреля 2022 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета протокол № 8 от «21» апреля 2022 г.

Программа переработана и дополнена в соответствии с требованиями ФГОС СПО

Программа рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 11 от «16» июня 2023 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 11 от «17» июня 2023 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета протокол №10 от «22» июня 2023 г.

Программа переработана и дополнена в соответствии с требованиями ФГОС СПО

Программа рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «16» апреля 2024 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 9 от «17» апреля 2024 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета протокол № 8 от «18» апреля 2024 г.

Оригинал должен храниться в ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»