Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Гаврилов Сергей Александинистерство науки и высшего образования Российской Федерации

Должность: И.О. Ректоведеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего Дата подписания: 18.09.2029 11:32:33

Уникальный программный ключ: образования

f17218015d82e3c1457d1df9e244def5050473 Национальный исследовательский университет

«Московский институт электронной техники»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

<u>М</u> А.Г. Балашов *Селобу* 2023 г.

M.FI. *

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГЦ 04. «Физическая культура»

Специальность среднего профессионального образования: 11.02.13 Твердотельная электроника Квалификация: техник

> Форма обучения: очная Нормативный срок обучения: 1 год 10 мес. на базе среднего общего образования

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина СГЦ 04. «Физическая культура» является дисциплиной социально-гуманитарного цикла профессиональной подготовки образовательной программы СПО в соответствии с ФГОССПО по специальности 11.02.13 «Твердотельная электроника».

Учебная дисциплина изучается в 1-2 семестрах. Общий объем дисциплины составляет 40 часов.

Рабочая программа разработана с учетом требований ФГОС среднего профессионального образования, профессиональных стандартов по профессии и профиля профессионального образования.

Цель освоения учебной дисциплины: формирование языковых компетенций обучающихся в контексте специфики профессиональной сферы.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО.

Дисциплина участвует в формировании следующих компетенций образовательной программы:

ОК /ПК	Планируемые результаты освоения дисциплины		
OK/IIK	Знать	Уметь	
ОК 08. Использовать	Знает роль физической	Умеет использовать средства	
средства физической	культуры в общекультурном,	физической культуры для	
культуры для	профессиональном и	сохранения и укрепления	
сохранения и	социальном развитии	здоровья в процессе	
укрепления здоровья	человека; основы здорового	профессиональной	
в процессе	образа жизни; условия	деятельности и поддержания	
профессиональной	профессиональной	необходимого уровня	
деятельности и	деятельности и зоны риска	физической подготовленности	
поддержания	физического здоровья для		
необходимого уровня	специальности		
физической			
подготовленности			

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в	Семестры	
	часах	1	2
Объем программы дисциплины	40	20	20
В Т.Ч.			
1. Основное содержание	40	20	20

в т.ч.			
Теоретическое обучение			
Практическое обучение	40	20	20
Промежугочная аттестация			Оценка

2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально- ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируем ые компетенци и
1	2	3	4
Раздел 1. Научи физической кулн	но-методические основы формирования ьтуры личности	8	ОК 08.
Тема 1.	Практические занятия Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	2	OK 08.
Тема 2.	Практическое занятие Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки	2	OK 08.
Тема 3	Практическое занятие Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2	OK 08.
Тема 4.	Практическое занятие Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	2	ОК 08.
	но-практические основы формирования вътуры личности	28	OK 08.
Тема 1.	Практические занятия Общая физическая подготовка	6	OK 08.
Тема 2.	Практические занятия Лёгкая атлетика	4	OK 08.
Тема 3	Практические занятия Гимнастика	4	OK 08.
Тема 4.	Практические занятия Подвижные игры	4	OK 08.
Тема 5.	Практические занятия Спортивные игры	6	OK 08.
Тема 6.	Практические занятия Виды спорта по выбору	4	ОК 08.

Раздел 3. Про	офессионально-прикладная физическая	4	ОК 08.
подготовка (ППФП)			
Тема 1.	Практические занятия Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	2	OK 08.
Тема 2.	Практические занятия Военно-прикладная физическая подготовка	2	OK 08.
Промежуточная аттестация : Оценка			
Всего:		40	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения

Спорткомплекс МИЭТ спортзал:

- 1. Ворота, сетки, баскетбольные щиты, спортивные мячи для занятий баскетболом, волейболом, теннисом, мини-футболом.
 - 2. Барьеры для занятий легкой атлетикой.
- 3. Коврики, степ-платформы, боди бары, фитнес мячи для занятий фитнесом и шейпингом.
- 4.Многофункциональный тренажерный комплекс, тренажеры блочные, велотренажеры, беговые дорожки, оборудование и инвентарь для занятий тяжелой атлетикой и пауэрлифтингом

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. 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 (дата обращения: 06.12.2023).
- 2. 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, 2023. 599 с. (Профессиональное образование). ISBN 978-5-534-13554-1. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: https://urait.ru/bcode/517442 (дата обращения: 06.12.2023).
- 3. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. 2-е изд. Москва : Издательство Юрайт, 2023. 129 с. (Профессиональное образование). ISBN 978-5-534-15669-0. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: https://urait.ru/bcode/532421 (дата обращения: 06.12.2023).

Дополнительные источники

- 1. Журнал «Физическая культура и спорт» [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.fismag.ru/ (дата обращения: 20.04.2023).
- 2. Сайт ФизкультУРА [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://fizkult-ura.ru (дата обращения: 20.04.2023).
- 3. Физическая культура в школе [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.fizkulturavshkole.ru (дата обращения: 20.04.2023).
- 4. Цифровой образовательный ресурс IPR Smart [сайт]. URL: www.iprbookshop.ru (дата обращения: 20.04.2023).
- 5. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы [сайт]. URL: http://www.mossport.ru (дата обращения: 20.04.2023).
- 6. 14. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики [сайт]. URL: http://sport.minstm.gov.ru(дата обращения: 20.04.2023).

ПЕРЕЧЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- 1. Znanium.com: Электронно-библиотечная система: [сайт]. Москва, 2011 URL:https://new.znanium.com/ (дата обращения: 12.07.2023). Режим доступа: для авториз.пользователей МИЭТ.
- 2. ЭБС Юрайт : образовательная платформа. Москва, 2013 URL: https://urait.ru/ (дата обращения: 12.07.2023). Режим доступа: для авториз. пользователей МИЭТ.
- 3. Электронно-библиотечная система Лань : [сайт]. Санкт-Петербург, 2011 . URL: https://e.lanbook.com/ (дата обращения: 12.07.2023). Режим доступа: для авториз. пользователей МИЭТ.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая/профессиональная	Раздел/Темы	Тип оценочных
компетенция		мероприятий
ОК 08. Использовать	Все темы	Оценка результатов
средства физической		выполнения двигательных
культуры для сохранения и		действий и контрольных
укрепления здоровья в		нормативов
процессе профессиональной		
деятельности и поддержания		Экспертное наблюдение за
необходимого уровня		ходом выполнения
физической		двигательных действий
подготовленности		Оценка результатов участия в
		соревнованиях

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В ходе реализации обучения используется смешанное обучение, основанное на интеграции технологий традиционного и электронного обучения, замещении части традиционных учебных форм занятий, формами и видами взаимодействия в электронной образовательной среде.

Применяются следующие модели обучения: перевернутый класс, когда студенты знакомятся с новым материалом при помощи электронных ресурсов самостоятельно дома, а на аудиторных занятиях происходит обсуждение изученного материала.

Для взаимодействия студентов с преподавателем используются сервисы обратной связи: электронная почта, сервис Гугл Класс.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» по специальности среднего профессионального образования: 11.02.13 «Твердотельная электроника» разработана в колледже электроники и информатики 01.12.2023 года, протокол № 1.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа согласована с директором колледжа ЭИ НИУ МИЭТ

Директор колледжа / Литвинова С.Н.