

**Министерство образования и науки Самарской области**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ директора колледжа  
ГБПОУ «ПГК»  
№ 417-03 от 22.04.2024

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

*«Общий гуманитарный и социально - экономический цикл»  
программы подготовки специалистов среднего звена*

**11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание  
и ремонт электронных приборов и устройств**

**Самара, 2024**

## **ОДОБРЕНО**

Предметно-цикловой  
(методической) комиссией  
Физической культуры и ОБЖ  
Председатель Максимов А.А.

## **СОГЛАСОВАНО**

Предметно - цикловой  
(методической) комиссией  
Юридических специальностей  
Председатель Шестерикова Э.Ф.

Составители: Кузнецов В.В., Иванова И.А., преподаватели ГБПОУ «ПГК»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт электронных приборов и устройств, утвержденной приказом Министерства образования и науки РФ от 04.10.2021г. № 691.

Рабочая программа разработана в соответствии с методическими рекомендациями и шаблоном, утвержденном в ГБПОУ «Поволжский государственный колледж».

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт электронных приборов и устройств.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>7</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>13</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>13</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....</b>	<b>16</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2 .....</b>	<b>17</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа УД) - является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ИПССЗ) по специальности СПО 11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт электронных приборов и устройств базовой подготовки, разработанной в ГБПОУ «ПГК».

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована на очной и заочной форме обучения.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена :** дисциплина относится к обще - гуманитарному и социально - экономическому циклу.

**1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:**

#### Базовая часть

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь:**

Код	Наименование результата обучения
У 1	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
У2	самостоятельно поддерживать собственную общую специальную физическую подготовку
У3	применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности
У4	применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению лиц, подозреваемых в совершении правонарушений

В результате освоения дисциплины студент должен **знать:**

Код	Наименование результата обучения
Зн 1	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
Зн 2	основы здорового образа жизни.
Зн 3	способы самоконтроля за состоянием здоровья
Зн 4	тактику силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия

Вариативная часть - не предусмотрено.

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ППССЗ по специальности 11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт электронных приборов и устройств, и подготовке к формированию **профессиональных компетенций (ПК)**:

Код	Наименование результата обучения
ПК.1.1	Осуществлять сборку, монтаж и демонтаж электронных приборов и устройств в соответствии с требованиями технической документации;
ПК.1.2	Осуществлять сборку, монтаж и демонтаж электронных приборов и устройств и их настройку и регулировку в соответствии с требованиями технической документации и с учетом требований технических условий.
ПК.2.1	Производить диагностику работоспособности электронных приборов и устройств средней сложности;
ПК.2.2	Осуществлять диагностику аналоговых, импульсных, цифровых и со встроенными микропроцессорными системами устройств средней сложности для выявления и устранения неисправностей и дефектов;
ПК.2.3	Выполнять техническое обслуживание электронных приборов и устройств в соответствии с регламентом и правилами эксплуатации.
ПК 3.1	Разрабатывать структурные, функциональные и принципиальные схемы простейших электронных приборов и устройств;
ПК 3.2	Разрабатывать проектно-конструкторскую документацию печатных узлов электронных приборов и устройств и микросборок средней сложности;
ПК 3.3	Выполнять оценку качества разработки (проектирования) электронных приборов и устройств на основе печатного монтажа.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны **формировать общие компетенции (ОК)**:

Код	Наименование результата обучения
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 правовой и 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 российских духовно-нравственных 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
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

#### 1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	186
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	163
в том числе:	
лабораторные работы	не предусмотрено
практические занятия	160
контрольные работы	не предусмотрено
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
самостоятельная работа студента (всего)	23
в том числе:	
Выполнение комплексов упражнений	
Самостоятельная работа на курсовой работе (проектом)	не предусмотрено
Выполнение комплексов упражнений	не предусмотрено
Итоговая аттестация в форме	Дифференцированный зачет

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Тематический план и содержание учебной дисциплины *ОГСЭ. 04 Физическая культура*

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Код образовательного результата	Объем часов	Уровень освоения
<b>Введение</b>	<b>Основы здорового образа и стиля жизни.</b> Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, ее влияние на основные органы и системы организма. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания. Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания.	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3, ОК 6	3	
<b>Раздел 1.</b>	<i>Легкая атлетика</i>		17	
<b>Тема 1.1.</b> Техника бега	Содержание учебного материала			
	1		Не предусмотрено	2
	Демонстрации		Не предусмотрено	
	Лабораторные работы		Не предусмотрено	
	Практические занятия 1. Обучение технике бега на короткие дистанции 2. Обучение технике бега на средние дистанции и бега по прямой и виражу 3. Обучение технике бега на длинные дистанции и бегу на стадионе и по пересеченной местности	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3 ПК 1.6	6 7 4	
	Контрольные работы		Не	



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Код образовательного результата	Объем часов	Уровень освоения
			<i>предусмотрено</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития выносливости и скоростно-силовых физических качеств.	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3 ПК 1.6	17	
<b>Тема 1.2.</b> Техника спортивной ходьбы, прыжков в длину и эстафетного бега	Содержание учебного материала			
	1		<i>Не предусмотрено</i>	2
	Демонстрации		<i>Не предусмотрено</i>	
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Практические занятия 1. Обучение технике спортивной ходьбы 2. Техника эстафетного бега и прыжки в длину	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3 ПК 1.6	4 6	
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений для развития выносливости и скоростно-силовых физических качеств.	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3 ПК 1.6	10	
<b>Раздел 2.</b>	<i>Спортивные игры</i>		47	
<b>Тема 2.1.</b> Волейбол	Содержание учебного материала			
	1		<i>Не предусмотрено</i>	2
	Демонстрации		<i>Не предусмотрено</i>	
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Практические занятия 1. Обучение стойкам и перемещениям на площадке. Прием, передача мяча 2. Обучение нижней и верхней прямой подаче 3. Обучение нападающему удару, блокированию, страховки у сетки 4. Обучение тактике игры в защите и в нападении 5. Итоговое занятие	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3, ОК 6	6 5 4 5 2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Код образовательного результата	Объем часов	Уровень освоения
	Контрольные работы			Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития физических качеств и навыков игровых видов спорта		У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3, ОК 6	22	
Тема 2.2. Баскетбол	Содержание учебного материала				2
	1			Не предусмотрено	
	Демонстрации			Не предусмотрено	
	Лабораторные работы			Не предусмотрено	
	Практические занятия		У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3, ОК 6		
	1. Обучение перемещению, ведению и передаче мяча			4	
	2.Обучение броскам мяча по кольцу с места и в движении			4	
	3. Обучение тактике игры в защите и в нападении			4	
	4.Обучение командным, групповым и индивидуальным действиям игроков			1	
	5. Итоговое занятие			2	
Контрольные работы			Не предусмотрено		
Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития физических качеств и навыков игровых видов спорта.		У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3, ОК 6	15		
Раздел 3.	Атлетическая гимнастика			41	
Тема 3.1. Развитие силовых физических качеств	Содержание учебного материала				2
	1			Не предусмотрено	
	Демонстрации			Не предусмотрено	
	Лабораторные работы			Не предусмотрено	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Код образовательного результата	Объем часов	Уровень освоения
	Практические занятия	У 1, Зн 1, Зн 2	5	
	1. Составление комплексов упражнений по атлетической гимнастике	ОК 2, ОК 3	5	
	2. Обучение технике работы на блочных тренажерах	ПК 1.6	5	
	3. Обучение технике работы со свободными весами (штанги, гантели, гири)		5	
	4. Составление комплексов упражнений с собственным весом (турник, брусья)		7	
	5. Выполнение комплексов упражнений для развития мышц плечевого пояса		7	
	6. Выполнение комплексов упражнений для развития мышц спины и живота		7	
	7. Выполнение комплексов упражнений для развития мышц ног		7	
	8. Выполнение комплексов упражнений для развития мышц рук			
	Контрольные работы		Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития силовых физических качеств и навыков работы на тренажерах.	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3 ПК 1.6	28	
<b>Раздел 4.</b>	<i>Лыжная подготовка</i>		42	
<b>Тема 4.1.</b>	Содержание учебного материала			
Техника лыжных ходов	1		Не предусмотрено	2
	Демонстрации		Не предусмотрено	
	Лабораторные работы		Не предусмотрено	
	Практические задания	У 1, Зн 1, Зн 2		
	1. Обучение технике попеременно - двушажному ходу	ОК 2, ОК 3	4	
	2. Обучение технике одновременно - одношажному ходу		2	
	3. Обучение технике одновременно - двушажному ходу		6	
	4. Обучение технике безшажному ходу		2	
	5. Обучение технике коньковому ходу		6	
	6. Обучение технике поворотам на месте и в движении		2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Код образовательного результата	Объем часов	Уровень освоения
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития выносливости и скоростно-силовых физических качеств.	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3	22	
<b>Тема 4.2.</b> Техника спусков и подъемов	Содержание учебного материала			2
	1		<i>Не предусмотрено</i>	
	Демонстрации		<i>Не предусмотрено</i>	
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Практические задания	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3	4	
	1. Обучение технике спусков и подъемов на лыжах. Передвижение по пересеченной местности 2. Обучение технике торможения на лыжах. Прохождение спусков, подъемов и неровностей на дистанции.		4	
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрено</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выполнение комплексов упражнений для развития выносливости и скоростно-силовых физических качеств	У 1, Зн 1, Зн 2 ОК 2, ОК 3	8	
Примерная тематика курсовой работы (проекта)			<i>Не предусмотрено</i>	
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)			<i>Не предусмотрено</i>	
<b>Всего:</b>			186	

**Образовательные результаты освоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура**

<b>Код</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
У 1	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

<b>Код</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
Зн 1	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
Зн 2	основы здорового образа жизни

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета спортивный зал, тренажерный зал, лыжная база, лыжное хранилище, оборудованные раздевалки, душевые.

Оборудование учебного кабинета:

- Спорт. инвентарь;
- Лыжный инвентарь;
- Тренажеры.

Спортивное оборудование: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон.

Оборудование для силовых упражнений (например, гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений); оборудование для занятий аэробикой (например, степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики), гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжка и метания; оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

Для занятий лыжным спортом: лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками; учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)**

##### **Основные источники**

Для преподавателей

1. Физическая культура / Н.В Решетников [и др.] - М: изд.центр «Академия» 2021.-176с.
2. Журавина М.Л. Гимнастика / М.Л. Журавина, Н.К. Меншикова - М: изд.центр «Академия» 2021.-448с
3. Спортивные игры / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, И.П. Савир, А.В. Лесков - М: изд. центр «Академия» 2021.-520с.
4. Арзуманов С.Г. Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 классов / - Ростов н/Д :Феникс,2020-413с.

Для студентов

1. Физическая культура / Н.В Решетников - М: изд.центр «Академия» 2021.- 176с.

**Дополнительные источники**

Для преподавателей

1. Колобов Ф.Г. Дыхание по Бутейко /М.:АСТ Донецк Сталкер 2021-120с
2. Орлова Л.М. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой М. Н.: Харвест, 2021- 144с.
3. Макаров А.Н. Легкая атлетика/ А.Н. Макаров, П.З. Сирис, В.П.Тенов - Просвещение, 2020 -208 с.

Для студентов

1. Журавина М.Л. Гимнастика / М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова - М: изд.центр «Академия» 2021.-448с
2. Спортивные игры / Ю.Д. Железняк [и др.] - М: изд.центр «Академия» 2020.-520с.
3. Колобов Ф.Г. Дыхание по Бутейко /М.:АСТ Донецк Сталкер 2021.-120с
4. Орлова Л.М. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой Мн:Харвест, 2021- 144с.

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>уметь:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p>	<p><b>Методы оценки результатов:</b> - накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка; - традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка; - тестирование в контрольных точках.</p> <p><b>Легкая атлетика.</b> Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): бега на короткие, средние, длинные дистанции; прыжков в длину; Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами легкой атлетики.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи) Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм Оценка выполнения студентом функций судьи. Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр.</p> <p><b>Аэробика (девушки)</b> Оценка техники выполнения комбинаций и связок. Оценка самостоятельного проведения фрагмента занятия или занятия</p> <p><b>Атлетическая гимнастика (юноши)</b></p>
<p><b>знать:</b> о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.</p>	<p><b>Формы контроля обучения:</b> - практические задания по работе с информацией - домашние задания проблемного характера.</p> <p>Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</p>



**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**  
к рабочей программе учебной дисциплины

**КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт электронных приборов и устройств**

Наименование образовательного результата ФГОС СПО	Виды учебной деятельности	Кол-во часов	Самостоятельная внеаудиторная работа	Кол-во часов
ПК 1.6 - применять меры административного пресечения правонарушений, включая применение физической силы и специальных средств.				
Уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Наименование практических занятий: Раздел 1. Легкая атлетика. Раздел 3. Атлетическая гимнастика.	27 48	Тематика самостоятельной работы студентов: - Выполнение комплексов упражнений для развития выносливости и скоростно-силовых физических качеств. - Выполнение комплексов упражнений для развития силовых физических качеств и навыков работы на тренажерах.	27  48
Знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	Наименования теоретических тем и/или тем лабораторных работ: – Основы здорового образа и стиля жизни	4		

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**  
к рабочей программе учебной дисциплины

**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ  
АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ**

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Код формируемых компетенций
1.	Раздел 1. Легкая атлетика	27	Метод демонстрации, метод объяснения, метод самоконтроля, взаимоконтроля (рефлексивный), соревновательный метод, метод микро-упражнений.	ОК 2 ОК 3
2.	Раздел 2. Спортивные игры	57	Метод демонстрации, метод объяснения, метод самоконтроля, взаимоконтроля (рефлексивный), соревновательный метод, метод круговой тренировки.	ОК 2 ОК 3
3.	Раздел 3. Атлетическая гимнастика	48	Метод демонстрации, метод объяснения, метод самоконтроля, взаимоконтроля (рефлексивный), соревновательный метод, метод круговой тренировки.	ОК 2 ОК 3
4.	Раздел 4. Лыжная подготовка	42	Метод демонстрации, метод объяснения, метод самоконтроля, взаимоконтроля (рефлексивный), соревновательный метод.	ОК 2 ОК 3

Код	Наименование результата обучения
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 правовой и 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 российских духовно-нравственных 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
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

Код	Наименование результата обучения
ПК.1.1	Осуществлять сборку, монтаж и демонтаж электронных приборов и устройств в соответствии с требованиями технической документации;
ПК.1.2	Осуществлять сборку, монтаж и демонтаж электронных приборов и устройств и их настройку и регулировку в соответствии с требованиями технической документации и с учетом требований технических условий.
ПК.2.1	Производить диагностику работоспособности электронных приборов и устройств средней сложности;
ПК.2.2	Осуществлять диагностику аналоговых, импульсных, цифровых и со встроенными микропроцессорными системами устройств средней сложности для выявления и устранения неисправностей и дефектов;
ПК.2.3	Выполнять техническое обслуживание электронных приборов и устройств в соответствии с регламентом и правилами эксплуатации.
ПК 3.1	Разрабатывать структурные, функциональные и принципиальные схемы простейших электронных приборов и устройств;
ПК 3.2	Разрабатывать проектно-конструкторскую документацию печатных узлов электронных приборов и устройств и микросборок средней сложности;
ПК 3.3	Выполнять оценку качества разработки (проектирования) электронных приборов и устройств на основе печатного монтажа.

## **СВЕДЕНИЯ**

### **об адаптации рабочей программы для инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

Рабочая программа учебной дисциплины/профессионального модуля (*лишнее удалить*) адаптирована для организации образовательного процесса для инвалидов и студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья (далее - ОВЗ) в части выбора форм, методов и педагогических технологий.

Адаптация рабочей программы проведена с учетом требований ФЗ № 273-ФЗ, ст. 79, письма Минобрнауки РФ от 03.08.2014 г. № 06-281 «Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ в ПОО, в том числе оснащенности образовательного процесса», а также методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования от 22.04.2015 г. № 06-830 вн.

Адаптация рабочей программы проведена для инвалидов и обучающихся с ОВЗ, имеющих следующие особенности (*лишнее удалить*): нарушение речи; нарушение слуха; нарушение опорно-двигательного аппарата, в т.ч. ДЦП; нарушения функций и систем организма, не препятствующих обучению по специальности.

#### **Задачи адаптации рабочей программы:**

- 1) формирование индивидуальной образовательной траектории для инвалидов и обучающихся с ОВЗ;
- 2) создание условий, способствующих социальной адаптации для инвалидов и обучающихся с ОВЗ в учебной группе;
- 3) повышение уровня доступности получения информации для инвалидов и обучающихся с ОВЗ;
- 4) формирование мотивации к обучению на основе применения современных педагогических технологий.

#### **Формы, методы и технологии адаптации рабочей программы**

##### **Адаптационные формы и методы:**

- наглядная опора в обучении;
- алгоритмы в обучении;
- комментированное управление;
- поэтапное формирование умственных действий;
- опережающее консультирование по трудным темам;
- игнорирование негативных поступков;
- задания с нарастающей степенью трудности;
- смена видов деятельности;
- поэтапная помощь педагога;
- дифференцированные формы заданий;
- чередование форм организации учебной деятельности (индивидуальная, парная, групповая);
- использование специальных технических средств приема-передачи учебной информации коллективного и индивидуального пользования;
- использование специальных дидактических материалов, печатных и электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к обучению инвалидов и обучающихся с ОВЗ;
- проведение групповых и индивидуальных консультаций.

**Педагогические технологии, обеспечивающие адаптацию образовательного процесса для инвалидов и обучающихся с ОВЗ:**

- здоровьесберегающие технологии;
- технологии программированного обучения;
- информационно-коммуникационные технологии;
- технологии дистанционного обучения;
- технологии уровневой дифференциации.

**Кузнецов Валерий Викторович, Иванова Ирина Александровна**

**Преподаватель дисциплины «Физическая культура»**

**ГБПОУ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

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

***«Общий гуманитарный и социально - экономический цикл»  
программы подготовки специалистов среднего звена***

**11.02.16 Монтаж, техническое обслуживание  
и ремонт электронных приборов и устройств**

