

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ледович Татьяна Сергеевна  
Должность: директор  
Дата подписания: 08.07.2023 07:56:58  
Уникальный программный ключ:  
4ceaf51badb679c2851a28524a4e0d8f56c5a3a6

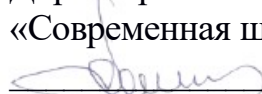


**КОЛЛЕДЖ «СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА БИЗНЕСА»**  
**Частное профессиональное  
образовательное учреждение**

**355008, г. Ставрополь, пр-т К. Маркса, 7**  
**+7(8652) 28-49-67**  
**+7(8652) 28-03-46**  
**[college09@mail.ru](mailto:college09@mail.ru) | [www.ecmsb.ru](http://www.ecmsb.ru)**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ЧПОУ Колледж  
«Современная школа бизнеса»



«23» \_\_\_\_\_ мая 2023 г.



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

*Общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)*

Ставрополь, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) **38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)**, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05.02.2018 № 69 (ред. от 17.12.2020) (Зарегистрировано в Минюсте России 26.02.2018 № 50137), квалификации бухгалтер укрупненной группы специальностей 38.00.00 Экономика и управление, а также с учетом ПООП.

**Организация-разработчик:** Частное профессиональное образовательное учреждение Колледж «Современная школа бизнеса».

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии социально-экономических дисциплин  
Протокол № 10 от 22 мая 2023 года

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГСЭ.04 Физическая культура»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «ОГСЭ.04 Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14	Использовать физкультурно-оздоровительную практику 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). Взаимодействовать в группе и команде	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 и снятия перенапряжения во время умственного труда; Средства профилактики профессиональных заболеваний

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	160
<b>в т. ч. в форме практической подготовки</b>	160
в том числе:	
теоретическое обучение	-
практические занятия	156
<i>Самостоятельная работа</i>	-
<b>Промежуточная аттестация в форме (зачета и зачета с оценкой)</b>	4

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак. ч /в том числе в форме практической подготовки, ак. ч	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
<b>Раздел 1. Теоретическая подготовка. Основы здорового образа жизни.</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 1.1. Физическая культура и спорт в воспитании студентов. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Оздоровительная и лечебная физическая культура.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 9, ЛР 11
	1. Психофизические основы физической культуры и спорта.		
	2. Характеристика психофизиологических состояний занимающихся физической культурой и спортом и способы их сознательной регуляции.		
	3. Утомление при физической и умственной деятельности. Гипокинезия и гиподинамия.		
	4. Массовый спорт и спорт высших достижений. Единая Всероссийская спортивная классификация. Студенческий спорт.		
	5. Физкультурно-оздоровительная деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.		
	6. Инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>12</b>	
1. Укрепления здоровья	<b>6</b>		
2. Студенческий спорт	<b>6</b>		

<b>РАЗДЕЛ 2. Практическая подготовка: основы движений, развитие основных двигательных качеств, умений и навыков.</b>		<b>70</b>	
<b>Тема 2.1.</b> <b>Легкая атлетика. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Прыжок в длину с места.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.		
	2. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции с низкого и высокого старта.		
	3. Техника прыжка в длину с места.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	1. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Общая физическая подготовка (ОФП). Техника бега и ходьбы по дистанции.	2	
	2. Общая физическая подготовка (ОФП). Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.	2	
	3. Совершенствование техники бега на короткие дистанции: 30 метров и 60 метров (контрольный норматив).	2	
	4. Общая физическая подготовка (ОФП). Техника беговых упражнений. Прыжок в длину с места.	2	
	5. Совершенствование техники прыжка в длину с места (контрольный норматив)	2	
6. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции 500м, 1000м	2		
<b>Тема 2.2.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Совершенствование технических</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08
	1. Техника передач мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений в парах, тройках и группах.		
	2. Техника подачи и приема мяча с подачи.		

<b>элементов в волейболе.</b>	3. Техника выполнения прямого и обманного нападающего удара и блокирование.		ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	<b>Практические занятия</b>	<b>18</b>	
	1. Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений и в учебной игре.	2	
	2. Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений и в учебной игре (контрольный норматив).	2	
	3. Совершенствование техники верхней, нижней и боковой подачи и приема мяча с подачи. Учебная игра.	2	
	4. Совершенствование техники верхней, нижней и боковой подачи и приема мяча с подачи. Учебная игра. (контрольный норматив).	2	
	5. Нападающий удар с места и с разбега в прыжке. Учебная игра.	2	
	6. Нападающий удар с места и с разбега в прыжке. Блок. Учебная игра.	2	
	7. Тактика подач и приема подач. Силовая, укороченная подача. Подачи на точность. Учебная игра.	2	
	8. Нападающие удары с передачи из 2й,3й и 4й зоны, обманные удары. Учебная игра.	2	
	9. Совершенствование технических элементов в игре. (Итоговый контроль).	2	
<b>Тема 2.3. Лыжная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08
	1. Подбор инвентаря и оборудования.		
	2. Виды лыжных ходов.		ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	3. Повороты, торможения, падения на лыжах		
	4. Прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>14</b>	
	1. Подбор инвентаря, классические лыжные ходы.	2	
	2. Одновременный бесшажный, одношажный, двушажный классические ходы. Прохождение дистанции 3-5 км.	2	



	3. Попеременные лыжные ходы. Прохождение дистанции 3-5 км.	2	
	4. Повороты, торможения. Прохождение спусков, подъёмов и неровностей в лыжном спорте.	2	
	5. Полуконьковый и коньковый ход.	2	
	6. Прохождение дистанций 3 км (девушки), до 5 км (юноши). (Итоговый контроль).	4	
<b>Тема 2.4. Баскетбол. Совершенствование технических элементов в баскетболе. Тактические действия в защите и нападении.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонах, в парах, тройках.		
	2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, «ведение - 2 шага – бросок»		
	3. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.		
	4. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите и нападении.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	1. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом. Учебная игра.	2	
	2. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонах, в парах, тройках. Учебная игра.	2	
	3. Выполнение контрольно-тестовых заданий. Учебная игра в баскетбол.	2	
	4. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении. Выполнение упражнения «ведение - 2 шага - бросок». Учебная игра.	2	
	5. Совершенствование техники владения мячом в баскетболе. (Контрольный норматив)	2	
	6. Индивидуальные тактические действия в защите, зонный прессинг. Учебная игра.	2	

	7. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Учебная игра.	2	
	8. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите в баскетболе. (Итоговый контроль).	2	
<b>Тема 2.5</b> <b>Легкая атлетика.</b> <b>Совершенствование в эстафетном беге и метаниях.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Эстафетный бег.		
	2. Метания.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	1. Способы передачи эстафетной палочки.	4	
	2. Совершенствование способов передачи эстафетной палочки.	4	
	3. Метание снарядов (мячей для большого тенниса и гранат).	4	
4. Выполнение контрольно-тестовых заданий и нормативов.	4		
<b>Раздел 3. Теоретическая подготовка. Физическая культура в профессиональной деятельности.</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 3.1</b> <b>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Понятие, назначение и задачи ППФП.		
	2. Организация, формы и средства ППФП студентов.		
	3. Построение и особенности методики занятий ППФП.		
	4. Производственная гимнастика.		
	5. Пилатес.		
	6. Дыхательная гимнастика.		
7. Самомассаж.			
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>

	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	1. Гимнастика	12	
<b>РАЗДЕЛ 4. Практическая часть: Совершенствование приобретенных ранее навыков, знаний и умений для организации здорового образа жизни, профилактики и снятия перенапряжений.</b>		<b>62</b>	
<b>Тема 4.1.</b> <b>Легкая атлетика.</b> <b>Кроссовая подготовка.</b> <b>Спортивная ходьба.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Техника бега и ходьбы по дистанции.		
	2. Спортивная ходьба.		
	3. Выносливость.		
	4. Кроссовая подготовка.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>18</b>	
	1. Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования.	6	
	2. Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг).	6	
3. Техника бега и ходьбы на дистанции 1000 метров, 2000 метров (контрольный норматив).	6		
<b>Тема 4.2.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Тактические взаимодействия.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений.		
	2. Техника выполнения обманного нападающего удара и блокирование.		

<b>Совершенствование техники владения волейбольным мячом. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в волейболе.</b>	3. Индивидуальные тактические действия в волейболе.		
	4. Групповые и командные тактические действия в волейболе.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	1. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении. Учебная игра.	4	
	2. Нападающие удары с передачи из 2й, 3й и 4й зоны, обманные удары, блок. Учебная игра.	4	
	3. Групповые взаимодействия в защите и нападении.	4	
	4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. Прием контрольных нормативов	4	
<b>Тема 4.3. Атлетическая гимнастика. Упражнения с собственным весом и отягощениями.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Силовая гимнастика, упражнения для развития различных групп мышц.		
	2. Упражнения на координацию движений.		
	3. Круговая тренировка.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	1. Развитие силы мышц брюшного пресса и спины. Круговая тренировка.	4	
	2. Развитие силы мышц рук и ног. Круговая тренировка.	4	
	3. Прием контрольных нормативов.	4	

	3. Участие в соревнованиях по силовым видам спорта.		
<b>Тема 4.4. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 04, ОК 08 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14
	1. Производственная гимнастика.		
	2. Пилатес.		
	3. Дыхательная гимнастика.		
	4. Самомассаж.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	1. Составление и проведение комплекса упражнений типа производственной гимнастики.	4	
	2. Составление и проведение комплекса упражнений для снятия напряжения.	4	
	3. Дыхательная гимнастика.	4	
4. Общая физическая подготовка (ОФП) Самомассаж.	4		
<b>Самостоятельная работа обучающихся, освобождённых от практических занятий на постоянной основе по медицинским показаниям</b> Написание рефератов по каждому разделу программы. Примерные темы рефератов. <i>По разделу 1:</i> · Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. · Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической направленности. 3. Характеристика психофизиологических состояний человека и использование двигательной активности для их коррекции			

<p><i>По разделу 2:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исторические аспекты изменений правил игры в волейбол (баскетбол).</li> <li>2. История Олимпийского движения: от Древней Греции до современности.</li> <li>3. Виды лыжного спорта, их развитие. Успехи российских спортсменов на международных соревнованиях.</li> <li>4. Анатомия человеческого тела и влияние физической культуры на состояние здоровья.</li> </ol> <p><i>По разделу 3:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.</li> <li>2. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности финансового работника</li> <li>3. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.</li> <li>4. Профилактика профессиональных заболеваний с помощью средств физической культуры.</li> <li>5. Упражнения для коррекции зрения, их использование в профессиональной деятельности.</li> <li>6. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста.</li> </ol> <p><i>По разделу 4:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности специалиста.</li> </ol>		
<b>Промежуточная аттестация в форме (зачета и зачета с оценкой)</b>	<b>4</b>	
<b>Всего:</b>	<b>160</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

**Спортивный комплекс:**

**Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:**

- Футбольное поле – стандартные ворота – 2шт.;
- баскетбольная площадка – 2 металлические стойки с баскетбольными корзинами;
- волейбольная площадка – металлические стойки для крепления в/б сеток;
- элементы полосы препятствий; легкоатлетические дорожки разных дистанций (спортивное оборудование для преодоления препятствий).

**Спортивный зал:**

- Волейбольные мячи, футбольные мячи – 5 шт.,
- баскетбольные мячи – 5 шт.,
- фитнес-мяч – 1 шт.,
- гимнастические маты – 5 шт.,
- теннисный стол – 1 шт.,
- велотренажер – 1 шт.,
- кардиотренажер – 1 шт.,
- силовой тренажер с дисками – 1 шт.,
- скамья для пресса – 1 шт.,
- мешок боксерский – 1 шт.,
- боксерские перчатки – 1 шт.,
- беговая дорожка – 1 шт.
- электронное табло – 1 шт.,
- баскетбольные стойки – 2 шт.,
- волейбольные сетки – 1 шт.,
- гимнастические лестницы – 3 шт.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

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 организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен другими изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные и электронные издания**

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513286>

2. Виленский, М. Я., Физическая культура : учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. — Москва : КноРус, 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-406-09867-7. — URL:<https://book.ru/book/943895>

3. Федонов, Р. А., Физическая культура : учебник / Р. А. Федонов. — Москва : Русайнс, 2022. — 256 с. — ISBN 978-5-4365-9563-4. — URL:<https://book.ru/book/944755>

### 3.2.2. Дополнительные источники

1. Киреева, Е. А., Физическая культура. Практикум : учебное пособие / Е. А. Киреева. — Москва : Русайнс, 2022. — 104 с. — ISBN 978-5-4365-8733-2. — URL:<https://book.ru/book/942696>

2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode>

3. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518917>

4. Тиханова, Е. И., Физическая культура. Практикум : учебно-методическое пособие / Е. И. Тиханова. — Москва : Русайнс, 2022. — 96 с. — ISBN 978-5-4365-9021-9. — URL:<https://book.ru/book/942729>

5. Федонов, Р.А. Физическая культура : учебник / Федонов Р.А. — Москва : Русайнс, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-4365-6697-9. — URL: <https://book.ru/book/939962>

6. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448769>

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<b>Знания:</b>		
- Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - Основы здорового образа жизни;	- Содержание реферата, доклада; - Оформление реферата, доклада; - Использование терминологии и понятий при изложении материала	- Проверка рефератов, докладов по темам теоретического раздела программы; - Защита реферата, доклада. Ответы на вопросы по докладу;
- Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности «Финансы»;	- Правильность ответов при опросе.	- Устный опрос по пройденным темам и разделам программы;
- Средства профилактики и	- Правильность и	- Проверка



снятия перенапряжения во время умственного труда; - Средства профилактики профессиональных заболеваний.	последовательность упражнений при составлении комплексов упражнений	составленных комплексов упражнений типа производственной гимнастики
<b>Умения:</b>		
- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	- Четкость, громкость, правильность объяснения и показ упражнений при проведении комплексов упражнений с группой; - Соблюдение последовательности упражнений; - Грамотное использование терминологии	Экспертное наблюдение и оценка деятельности обучающихся при проведении комплексов упражнений с группой
Владеть техникой и приемами игровых и массовых видов спорта	- Правильность выполнения технических элементов; - результат	Оценка результатов контрольно-тестовых нормативов
Взаимодействовать в группе и команде	- Слаженность взаимодействия и достижение результата	Экспертное наблюдение и оценка деятельности обучающихся при взаимодействии в парах, тройках и командах.
Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для специальности «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)»	- Результаты тестирований в соответствии с ФОС; - Сравнительный анализ результатов	Определения уровня физического развития, основных двигательных качеств обучающихся и освоенных умений и навыков.

## Лист регистрации изменений

Дополнения и изменения к рабочей программе на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год  
**ОГСЭ.04 Физическая культура**  
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

№ п/п	Внесенные изменения	Содержание изменений

### РАССМОТРЕНО

на заседании цикловой комиссии  
Протокол № \_\_ от \_\_\_\_ 20\_\_ г.

### ОДОБРЕНО

Педагогическим советом  
Протокол № \_\_ от \_\_\_\_ 20\_\_ г.