

ВОЛЖСКИЙ ФИЛИАЛ  
федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УНИВЕРСИТЕТСКИЙ КОЛЛЕДЖ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Волжский 2023 г.

<b>Название документа:</b> Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство	
<b>Разработчик:</b> Магомедов С.К., преподаватель УК	Стр.1 из 14
Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи	

РЕКОМЕНДОВАНО

Педагогическим советом

Университетского колледжа

протокол № 4

от «28» 08



УТВЕРЖДАЮ

Зав.

Университетским колледжем

 М.В. Парфенова

«28» 08 2023 г.

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины разработана для специальности **21.02.19** Землеустройство, курс 1, форма контроля зачет (1 семестр), дифференцированный зачет (2 семестр).

Организация-разработчик: ВФ ВолГУ.

Разработчик: **С.К. Магомедов** – преподаватель Университетского колледжа.

<b>Название документа:</b> Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство
---

<b>Разработчик:</b> Магомедов С.К., преподаватель УК
--

Стр.2 из 14
-------------

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи
--

## СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование раздела	Стр.
1.	Общая характеристика общеобразовательной дисциплины	4
2.	Структура и содержание общеобразовательной дисциплины	7
3.	Условия реализации общеобразовательной дисциплины	11
4.	Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины	12

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.3 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура»

**1.1. Место дисциплины в структуре ОПОП СПО.** Общеобразовательная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 21.02.19 Землеустройство.

## 1.2. Цели и результаты освоения общеобразовательной дисциплины

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста.

Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</li> </ul> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> </ul>	<p>Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в</p>

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.4 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> <li>б) базовые исследовательские действия: <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul> </li> </ul>	<p>профессионально-прикладной сфере;</p>
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> <li>Овладение универсальными коммуникативными действиями: <ul style="list-style-type: none"> <li>б) совместная деятельность: <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p>Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-</p>

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.5 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	<p>мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	<p>оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере</p>
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</p> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> <li>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</li> </ul> <p>Овладения универсальными регулятивными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> <li>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</li> </ul>	<p>Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);</p> <p>Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья,</p>

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.6 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретённый опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний;</li> <li>- постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</li> </ul>	<p>умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <p>Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;</p> <p>Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)</p>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

№	Виды учебной работы	Объем часов
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
2	Обязательная аудиторная нагрузка (всего)	64
3	Самостоятельная работа	8
Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета (1 семестр), дифференцированный зачет (2 семестр)		

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.7 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>1 СЕМЕСТР 1 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>		<b>13,5</b>	
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	1. Обучение технике бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование).		
	2. Выполнение специальных беговых упражнений. Эстафеты с элементами л/а.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 1.2. Бег на средние дистанции и длинные дистанции	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	3. Обучение технике бега на средние дистанции.		
	4. Выполнение комплекса упражнений для развития быстроты.		
	5. Кроссовая подготовка.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Выполнение бегового упражнения «Горка»	0,5	
Тема 1.3 Прыжок в длину с места	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	6. Овладение техникой прыжка в длину с места.		
	7. Выполнение комплекса упражнений для развития координации.		
	8. Разучивание комплексов специальных упражнений.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
<b>2 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол.</b>		<b>13,5</b>	
Тема 2.1. Техника стоек и перемещений волейболиста	9. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Обучение технике перемещений в стойке волейболиста.	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	10. Выполнение ОРУ для развития силы рук.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 2.2. Верхняя и нижняя передача в/б мяча в парах	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	11. Обучение технике верхней передачи в/б мяча в парах.		
	12. Обучение технике нижней передачи в/б мяча в парах		

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.8 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи



	13. Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 2.3. Подача в/б мяча	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	14. Обучение технике нижней подачи и приёма после неё.		
	15. Обучение технике верхней подачи и приёма после неё.		
	16. Совершенствование техники владения мячом в учебной игре.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
<b>3 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 3. ОФП</b>		<b>13,5</b>	
Тема 3.1. Верхний пресс	Содержание учебного материала	4	
	17. Развитие выносливости мышц верхнего пресса.		
	18. Выполнение комплекса ОРУ для верхнего плечевого пояса.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 3.2. Отжимание	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	19. Развитие силы мышц рук.		
	20. Выполнение комплекса ОРУ для развития силы рук.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 3.3. Нижний пресс	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	21. Развитие выносливости мышц нижнего пресса.		
	22. Выполнение комплекса ОРУ для нижнего пояса.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
<b>2 СЕМЕСТР 1 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол</b>		<b>9</b>	
Тема 4.1. Комбинированное упражнение «Трапедия»	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	23. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Обучение технике передвижения, стойкам, остановкам игроков в баскетболе.		
	24. Обучение технике передачи мяча всеми способами (в парах, тройках, в движении) одной, двумя руками.		

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.9 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

	25. Обучение технике комбинированного упражнения «Трапеция». Учебная игра.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 4.2. Штрафной бросок	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	26. Обучение технике штрафного броска. Учебная игра.		
	27. Совершенствование комбинированного упражнения и штрафного броска во время игры.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
<b>2 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 5. ОФП</b>		<b>13,5</b>	
Тема 5.1. Прыжки через скакалку	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	28. Совершенствование техники прыжков через скакалку.		
	29. Развитие координационных способностей.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 5.2. Подтягивание	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	30. Обучение технике подтягивания.		
	31. Развитие силы мышц рук.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 5.3. Гибкость	Содержание учебного материала	4	
	32. Развитие гибкости.		
	33. Выполнение комплекса ОРУ для верхнего плечевого пояса.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
<b>3 МОДУЛЬ</b>			
<b>Раздел 6. Легкая атлетика</b>		<b>9</b>	
Тема 6.1. Бег на короткие дистанции	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4. ОК8
	34. Обучение технике бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование).		
	35. Выполнение специальных беговых упражнений. Эстафеты с элементами л/а.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
Тема 6.2. Бег на средние дистанции и длинные дистанции	36. Обучение технике бега на средние дистанции.	4	
	37. Развитие общей и специальной выносливости.		
	38. Кроссовая подготовка		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>	0,5	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	

**Название документа:** Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.10 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение:

спортивный зал для игровых видов спорта и общефизической подготовки (ауд. 2-18), открытый стадион.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основной источник

1. Лях, В.И.. Физическая культура. Базовый уровень. Учебник для СПО : Учебник / В.И. Лях — Москва : Просвещение, 2024. — 288 с. — ISBN 978-5-09-114122-1. — URL: <https://book.ru/book/954789> — Текст : электронный.

##### Дополнительные источники

1. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535174>.
2. Физическое воспитание в образовательных учреждениях : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20652-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/558516>.

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

1. Образовательный портал ВФ ВолГУ: <http://edumod.vgi.volsu.ru>
2. Электронно-библиотечные системы «BOOK.ru» (<https://book.ru>), «Лань» (<http://e.lanbook.com/>), «Юрайт» (<https://urait.ru>).

#### 3.3. Возможности изучения дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

При необходимости обучения студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья аудиторные занятия могут быть заменены или дополнены изучением полнотекстовых лекций, презентаций, видео- и аудиоматериалов. Индивидуальные задания подбираются в адаптированных к ограничениям здоровья формах (письменно или устно, в форме презентаций). Выбор методов обучения зависит от их доступности для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по индивидуальной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины базируется на следующих возможностях:

- индивидуальные консультации преподавателя (очно, в часы консультаций, по электронной почте, а также с использованием программ для онлайн-конференций, а также возможностей социальных сетей);
- максимально полная презентация содержания дисциплины на образовательном портале ВФ ВолГУ.

<b>Название документа:</b> Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство
---

<b>Разработчик:</b> Магомедов С.К., преподаватель УК
--

Стр.11 из 14
--------------

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи
--

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

Формы текущего, рубежного контроля, промежуточной аттестации  
и спецификация оценочных средств

Тема	Компетенции	Результат обучения	Типы оценочных мероприятий
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой бега на короткие дистанции	Контрольный норматив – бег 60 м.
Тема 1.2. Бег на средние дистанции и длинные дистанции	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой бега на средние и длинные дистанции	Контрольный норматив – бег 500/1000 м.
Тема 1.3 Прыжок в длину с места	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой прыжка в длину	Контрольный норматив – прыжок в длину
<b>Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол.</b>			
Тема 2.1. Техника стоек и перемещений волейболиста	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой перемещения волейболиста	Демонстрация стоек и перемещений
Тема 2.2. Верхняя и нижняя передача в/б мяча в парах	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой верхних и нижних передач	Контрольный норматив – передача в парах
Тема 2.3. Поддача в/б мяча	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой поддачи	Контрольный норматив - поддача
<b>Раздел 3. ОФП</b>			
Тема 3.1. Поднимание туловища, лежа на спине за 1 мин.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – верхний пресс
Тема 3.2. Сгибание, разгибание рук в упоре лежа.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Сохранение положения тела	Контрольный норматив – отжимание
Тема 3.3. Поднимание прямых ног, лежа на спине.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – нижний пресс
Тема 3.4. Прыжки через скакалку, за 30сек, 40 сек., 1мин.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой прыжков через скакалку	Контрольный норматив – прыжки через скакалку
Тема 3.5. Сгибание рук в висе на перекладине.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Сохранение положения тела	Контрольный норматив – подтягивание

**Название документа:** Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.12 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи

Тема 3.6. Наклон вниз «Гибкость»	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение правильным дыханием	Контрольный норматив – гибкость
<b>Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол</b>			
Тема 4.1. Комбинированное упражнение.	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой передвижения, ведения и бросков мяча	Контрольный норматив – Комбинированное упражнение
Тема 4.2. Штрафной бросок	ОК 1, ОК 4, ОК 8	Владение техникой штрафного броска	Контрольный норматив – штрафной бросок

Итоговая оценка по дисциплине выставляется, исходя из суммы баллов, полученных студентом в течение семестра при различных формах контроля, а также баллов, полученных за выполнение работы на дифференцированном зачете. Обучающийся, набравший по результатам текущего контроля 60 и более баллов, получает отметку по дисциплине:

91 – 100 баллов – «отлично»

71 – 90 баллов – «хорошо»

60 – 70 баллов – «удовлетворительно»

Обучающемуся, набравшему в ходе аттестации менее 60 баллов, выставляется оценка «не удовлетворительно» или «не зачтено».

### Дополнения и изменения к рабочей программе

Дополнения и изменения	Дата утверждения дополнений и изменений, номер протокола заседания педагогического совета
Обновлен п. 3.2 Информационное обеспечение реализации программы	26.08.2024, протокол № 4

**Название документа:** Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для студентов специальности 21.02.19 Землеустройство

**Разработчик:** Магомедов С.К., преподаватель УК

Стр.14 из 14

Копии с данного оригинала при распечатке недействительны без заверительной надписи