Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по ОД

_____ А.А. Панфилов

«_____» _____ 20__г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ»

(наименование дисциплины)

для специальности среднего профессионального образования
гуманитарного профиля
(наименование профиля)
специальности 49.02.01 «Физическая культура»

(наименование специальности)

Владимир, 20__

Рабочая программа учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 «Физическая культура» (утверждённым приказом № 976 от 11 августа 2014 г.)

Кафедра-разработчик: Теоретических и медико - биологических основ физической культуры

Рабочую программу составил: доцент кафедры ТМБОФК ВлГУ Косцова Е.В.

Рецензент
(представитель работодателя) ГБУЗ ВО «Областной центр ЛФК и СМ»,
главный врач _____Киселев В.О.
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК
протокол № _____ от «____» _____ 20___ года

Заведующий кафедрой ТМБОФК _____ Батоцыренова Т.Е.
(наименование кафедры) (подпись) Ф.И.О.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии по специальности 49.03.01, 49.03.02
протокол № _____ от «____» _____ 20___ года

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии КИТП ВлГУ
протокол № _____ от «____» _____ 20___ года
Директор КИТП ВлГУ _____ Н.Е. Мишулина

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Программа переутверждена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____
Заведующий кафедрой _____ _____

Программа переутверждена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____
Заведующий кафедрой _____ _____

Программа переутверждена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____
Заведующий кафедрой _____ _____

Программа переутверждена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____
Заведующий кафедрой _____ _____

СОДЕРЖАНИЕ

		СТР.
1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» является обязательной частью профессионального цикла общепрофессиональных дисциплин в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии/специальности 49.02.01 «Физическая культура». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1-12.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код [1] ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1 - 12 ПК 1.1 - 1.8, 2.1 - 2.6, 3.1 - 3.5	Измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;	Знать физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; регулирующие функции нервной и эндокринной систем; роль центральной нервной системы в регуляции движений; особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; биохимические основы развития физических качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма; методы контроля

[1] *Приводятся только коды компетенций общих и профессиональных для освоения которых необходимо освоение данной дисциплины.*

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем часов**		
	Всего	**Семестр 4**	**Семестр 5**
Объем образовательной программы учебной дисциплины	208	80	128
в том числе:			
теоретическое обучение	68	20	48
лабораторные работы	68	20	48
Лабораторные занятия	-	-	-
курсовая работа (проект)	-	-	-
самостоятельная работа обучающихся	72	40	32
консультации	-	-	-
Промежуточная аттестация		Экзамен	Экзамен

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в физиологию		80	
Тема 1. Общие закономерности физиологии	**Содержание учебного материала**		*ПК 2.1* *ОК 1* *ОК 2* *ПК 2.2* *ОК 10* *ОК 12* *ПК 2.3* *ОК 3* *ОК 4* *ПК 2.4* *ОК 4* *ОК 5*
	Лекционные занятия. **1. Роль и значение физиологии для физической культуры и спорта.** 1. Физиология как наука. История развития физиологии. Значение физиологии для физической культуры и спорта.	*2*	
	Лабораторные занятия. 1. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека: раздражимость, возбудимость, проводимость; нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся.[1] 1. Нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности	*4*	
	Лекционные занятия. **2. Нервная система** 1**.** Роль и значение нервной системы для организма**.** Регулирующие функции нервной системы: условные рефлексы, внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов, память кратковременная и долговременная и определение ее объема. 2.Динамический стереотип, типы высшей нервной деятельности, I и II сигнальные системы. Определение типа высшей нервной деятельности	*2*	
	Лабораторные занятия. 1. Функциональная организация скелетных мышц, механизм сокращения и расслабления мышечного волокна, одиночное и тетаническое сокращение, электромиограмма.	*2*	

[1] *Если учебным планом предусмотрена самостоятельная работа по данной учебной дисциплине, то должна быть указана её примерная тематика, объем нагрузки и результаты на освоение которых она ориентирована (ПК и ОК)*

	2. Морфофункциональные основы мышечной силы, режимы работы мышц, энергетика мышечного сокращения.		
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Определение мышечной силы. Нейромоторная единица.	*4*	
	Лекционные занятия. **3. Произвольные движения.**	*2*	*ПК 2.2*
	Лабораторные занятия. 1. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений. Основные принципы организации движений, познотонических реакций, нисходящие моторные системы.	*2*	*ОК 1* *ОК 2*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Основные принципы организации движений.	*4*	*ПК 2.6*
	Лекционные занятия. **4. Сенсорные системы.**	*2*	*ПК 2.1*
	Лабораторные занятия. 1. Эстезиология: учение об органах чувств. Общий план организации и функции сенсорных систем, классификация и механизмы возбуждения рецепторов, свойства рецепторов, кодирование информации. 2. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, тактильная, двигательная, сенсорные системы кожи, внутренних органов, вкуса и обоняния.	*2*	*ОК 7* *ОК 10*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Переработка, взаимодействие и значение сенсорной информации.	*4*	*ПК 2.2*
	Лекционные занятия. **5. Кровь.** 1. Кровь: состав, объем, функции, форменные элементы, физико-химические свойства плазмы.	*2*	*ОК 6* *ОК 7* *ПК 2.5*
	Лабораторные занятия. 1. Группы крови. Резус фактор. Свертывание и переливание крови. Болезни крови.	*2*	*ОК 5* *ОК 6*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Определение групп крови методом цоликлонов.	*4*	*ПК 2.2*
	Лекционные занятия. **6. Кровообращение.** 1. Сердце и его физиологические свойства: проводящая система сердца, движение крови по сосудам, показатели сердечно-сосудистой системы.	*2*	*ОК 1* *ОК 2*

	Лабораторные занятия. 1. Регуляция системной гемодинамики и работы сердца	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Измерение артериального давления в покое и после физических нагрузок	*4*	*ПК 2.4*
	Лекционные занятия. **7. Дыхание.** 1. Функциональные возможности дыхательной системы как показатель здоровья.	*2*	*ОК 6* *ОК 7*
	Лабораторные занятия. 1. Внешнее дыхание: показатели внешнего дыхания, обмен газов в легких, регуляция дыхания, транспорт газов кровью. Механизмы вдоха и выдоха..	*2*	*ПК 2.3*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок. Регуляция дыхания.	*4*	*ОК 9* *ОК 10*
	Лекционные занятия. **8. Пищеварение.** 1. Общая характеристика пищеварительных процессов: пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта, всасывание продуктов переваривания пищи.	*2*	*ПК 2.2* *ОК 1* *ОК 2*
	Лабораторные занятия. 1. влияние физических нагрузок на процессы пищеварения. Гигиена органов пищеварения. Регуляция пищеварения.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Действие слюны на крахмал.	*4*	
	Лекционные занятия. **9. Обмен веществ и энергии.** 1. Общая характеристика обменных процессов: обмен белков, углеводов, липидов, воды и минеральных солей; регуляция обмена веществ и энергии. Влияние занятий физической культурой и спортом на обмен веществ и энергии.	*2*	*ПК 2.4* *ОК 6* *ОК 7*
	Лабораторные занятия. 1. Определение особенностей обмена веществ. Обмен белков, углеводов, липидов.	*2*	*ПК 2.3*
	Самостоятельная работа обучающихся. Энерготраты человека и пищевой рацион.	*4*	*ОК 9*
	Лекционные занятия. **10. Выделение.**	*2*	*ОК 10*

	Лабораторные занятия. 1. Общая характеристика выделительных процессов: почки и их функции, процесс мочеобразования, гомеостатическая функция почек.	*2*	*ПК 2.2* *ОК 1*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Предупреждение почечных заболеваний. Мочекаменная болезнь.	*4*	*ОК 2*
Тема 2. Общая спортивная физиология**.**	**Содержание учебного материала**	128	
	Лекционные занятия. **1. Тепловой обмен.** 1. Общая характеристика процессов теплообмена: механизмы теплообразования, теплоотдачи, регуляция теплообмена.	6	*ПК 2.2* *ОК 1* *ОК 2*
	Лабораторные занятия. 1. Исследование средней температуры кожи в покое и при мышечной работе.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Закаливание организма.	4	*ПК 2.1*
	Лекционные занятия **2. Органы внутренней секреции.** 1. Понятие об эндокринологи. Регулирующие функции эндокринной системы: общая характеристика эндокринной системы, функции желез внутренней секреции, изменения эндокринных функций при различных состояниях.	6	*ПК 2.6* *ОК 7* *ОК 9*
	Лабораторные занятия 1. Влияние гормонов на рост и развитие организма.	6	*ПК 2.4*
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Болезни, связанные с недостатком или избытком действия гормонов на организм человека и животных.	4	*ОК 5* *ОК 6*
	Лекционные занятия **3. Адаптация к физическим нагрузкам.** 1. Адаптация и ее стадии Динамика функций организма при адаптации и ее стадии.	6	*ПК 2.5* *ОК 7* *ОК 10*
	Лабораторные занятия 1. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам: срочная и долговременная адаптация, функциональная система адаптации.	6	*ПК 2.2*
	Самостоятельная работа обучающихся. Понятие о физиологических резервах организма.	4	
	Лекционные занятия	6	*ОК 1*

	4. Функциональные состояния организма спортсмена. 1. Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма: общая характеристика функциональных состояний. Физиологические закономерности развития, виды функциональных состояний.		*ОК 2* *ПК 2.6* *ОК 3* *ОК 9* *ПК 2.2*
	Лабораторные занятия. 1. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках постоянной, переменной мощности.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Физиология эмоций. Роль эмоций при спортивной деятельности, предстартовые состояния, разминка и врабатывание, устойчивое состояние при циклических упражнениях, особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.	4	*ОК 1* *ОК 2*
	Лекционные занятия. **5. Физиологические основы работоспособности, утомления и восстановления.** 1. Физическая работоспособность и методические подходы к ее определению, связь с направленностью тренировочного процесса в спорте, резервы.	6	*ПК 2.5* *ОК 6* *ОК 7*
	Лабораторные занятия. 1. Физиологические механизмы утомления: факторы и состояние функций организма, особенности утомления при различных видах физических нагрузок, предутомление, хроническое утомление и переутомление.	6	*ПК 2.2*
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления: общая характеристика, механизмы, закономерности, мероприятия повышения эффективности восстановления.	4	*ОК 7* *ОК 10*
	Лекционные занятия. **6. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств.** 1. Физиологические и биохимические основы развития и тренировки физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости. Наследственность и ее влияние на физические качества.	6	*ПК 2.2* *ОК 8* *ОК 9*
	Лабораторные занятия. 3. Физиолого-генетический подход к вопросам спортивного отбора и ориентации: наследственные влияния на морфофункциональные особенности и физические качества.	6	

	Самостоятельная работа обучающихся. Наследственность и ее влияние на морфофункциональные особенности и физические качества. Использование генетических маркеров для поиска высоко - и быстротренируемых спортсменов.	4	*ПК 2.1* *ОК 7* *ОК 8*
	Лекционные занятия. **7. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.** 1. Периодизация и гетерохронность развития.	6	
	Лабораторные занятия. 1. Сенситивные периоды, влияние наследственности и окружающей среды, акселерация эпохальная и индивидуальная, биологический и паспортный возраст.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся. Определение биологического возраста.	4	*ПК 2.2* *ОК 1*
	Лекционные занятия. **8. Физиологические особенности детей, подростков и молодежи.** Особенности физиологии детей, подростков и молодежи: развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности, сенсорных систем.	6	ПК 2.6 ОК 10
	Лабораторные занятия. Особенности физиологии детей, подростков и молодежи: физическое развитие и опорно-двигательный аппарат, особенности крови, кровообращения, дыхания, пищеварения, выделения и эндокринной системы, терморегуляции, обмена веществ и энергии.	6	ОК 4 ОК 7
	Самостоятельная работа обучающихся. Физиологические адаптации детей, подростков и молодежи к физическим нагрузкам.	4	
Курсовой проект (работа)*(нет)*			-
Промежуточная аттестация[1] **4 семестр - экзамен** **5 семестр - экзамен**			
Всего:		*208*	

[1] *Указывается количество часов, отведенных на промежуточную аттестацию (на зачет, дифференцированный зачет, комплексный дифференцированный зачет – 2 часа, экзамен, комплексный экзамен - в соответствии с учебным планом).*

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» предусмотрены следующие специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лабораторные работы проводятся в кабинете «Физиологии человека».

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3.9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение
3.2.1.Книгообеспеченность[1]

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствие с ФГОС СПО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература[2]			
1. Михайлов С.С. Биохимия двигательной деятельности [Электронный ресурс]: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов. - 6-е изд., доп. - М.: Спорт, 2016. - 296 с. - ISBN 978-5-906839-41-1	2016		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839411.html
2. Ахметов И.И., Медико-биологические термины в спорте (словарь-справочник) [Электронный ресурс] / И.И. Ахметов, Ю.Д. Винничук, Н.Л. Высочина и др.; под ред. Л.М. Гуниной, А.В. Дмитриева - М.: Спорт, 2019. - 336 с. - ISBN 978-5-9500183-2-9	2019		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018329.html

[1]*Преподаватель при разработке рабочей программы вправе уточнить список изданий, дополнив его новыми изданиями и/или выбрав в качестве основного одно из предлагаемых в базе данных учебных изданий и электронных ресурсов, предлагаемых ФУМО СПО, из расчета не менее одного издания по учебной дисциплине*
[2]*Приводится перечень печатных и/или электронных образовательных и информационных ресурсов, рекомендуемых ФУМО СПО для использования в образовательном процессе.*

3. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс] / Платонов В.Н. - М.: Спорт, 2019. - 656 с. - ISBN 978-5-9500183-3-6	2019		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html
Дополнительная литература			
1.Антина Е.В. Химия биологически активных веществ и жизненных процессов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Антина Е.В. - Иваново: Иван. гос. хим.-технол. ун-т., 2015. - 303 с. - ISBN --	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/ghtu_023.html
2.Михайлов С.С., Спортивная биохимия [Электронный ресурс]: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов - М.: Советский спорт, 2013. - 348 с. - ISBN 978-5-9718-0619-6 -	2013		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806196.html
3.Тутельян В.А. Вопросы питания, № 2, 2017 [Электронный ресурс] / - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - ISBN 0042-8833-2017-02	2017		http://www.studentlibrary.ru/book/0042-8833-2017-02.html

3.2.2. Периодические издания

1. Вестник восстановительной медицины
2. Вестник спортивной науки
3. Культура физическая и здоровье
4. Теория и практика физической культуры
5. Физическая культура в школе
6. Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка

3.2.3. Интернет-ресурсы

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» http://www.infosport.ru
2. Справочно-информационные источники http://www.schooi.edu.ru
3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) http://www.teoriya.ru
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту http://lib.sportedu.ru
5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) http://ihtik.lib.ru
6. Российский гуманитарный Интернет- университет http:/www.vusnet.ru/biblio
7. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) http:/www.sportedu.ru
8. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма http:/www.akademsport.smolensk.ru
9. Журналы:

- «Теория и практика физической культуры» (архив) http://lib.sportedu.ru/press/tpfk
- «Спорт для всех (архив)» http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm
- «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка» (архив) http://lib.sportedu.ru/press/fkvot

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения[1]	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины	Характеристики демонстрируемых знаний, которые могут быть проверены	Какими процедурами производится оценка
Определять цели, задачи и планировать физкультурно - спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами	Разработка плана использования разнообразных средств физической культуры для оздоровления, профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек, для обеспечения здорового образа жизни с учетом знаний основ анатомических, морфологических, физиологических, биохимических и психологических систем организма человека.	Оценка результатов выполнения практической работы
Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно - спортивной деятельности	Теоретическими сведениями на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Организовывать и проводить физкультурно - спортивные мероприятия и занятия	Построение плана учебно-тренировочных занятий и подбор средств и методов спортивной подготовки, направленных на спортивное совершенствование;	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно - спортивных мероприятий и занятий	Владение способами контроля и оценки физического развития, физической и технической подготовленности	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий	Владение способами двигательной деятельности, предусмотренными	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты;

[1]Указывается из примерной рабочей программе дисциплины, приведенной в примерной основной образовательной программе по специальности.

физической культурой и спортом	образовательными программами по физической культуре	Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	Владеть способами двигательной деятельности, предусмотренными образовательными программами по физической культуре	тестирование; устный и письменный опрос
Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Навыками судейства по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Тестирование; Письменный опрос; Реферативные сообщения
Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Уметь руководить работой малых коллективов	Оценка результатов выполнения практической работы
Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	Навыками оказания первой доврачебной помощи, в процессе профессиональной деятельности	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Владеть основами организации, проектирования, регулирования и контроля физкультурных и спортивных занятий	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Владеть способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно - тренировочного процесса и организации физкультурно - спортивных мероприятий и занятий.	Владеть комплексом упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучением двигательным действиям и развитием физически качеств	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос

Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного роста, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеть способами самооценки физического состояния	тестирование; устный и письменный опрос
Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	Владеть методами измерения уровня физической и технической подготовленности	Тестирование; Письменный опрос; Реферативные сообщения
Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья и жизни занимающихся.	Владеть навыками судейства и организации массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований	Оценка результатов выполнения практической работы
Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Владеть методами контроля за состоянием здоровья обучающихся	Тестирование; Письменный опрос
Определять цели, задачи и планировать физкультурно - спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами	Владеть навыками составления документации по планированию учебно-тренировочной работы в ДЮСШ	Тестирование; Письменный опрос
Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно - спортивной деятельности	Владеть навыками организации восстановительных мероприятий с учетом возраста и пола обучающихся	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос
Организовывать и проводить физкультурно - спортивные мероприятия и занятия	Владеть технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	Практическая работа; Промежуточные тесты; Итоговые тесты; Самостоятельная работа; Тематический тест; Письменный опрос

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ
в рабочую программу учебной дисциплины
_____

программы подготовки специалистов среднего звена
_____

Номер изменения	Внесены изменения в части/разделы рабочей программы	Исполнитель ФИО	Основание (номер и дата протокола заседания кафедры)
1			
2			

Зав. кафедрой_____/ _____