

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.07.2025 20:04:31
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bb98f3b6cb77a486b9a8788b8322233



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СРЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 1 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
А.А. Саламатов
« 22 » 04 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины
СРЦ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность

38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Присваиваемая квалификация

Операционный логист

Форма обучения

Очная (год набора 2024)

Челябинск, 2025



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СПЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 2 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на Педагогическом совете Колледжа ЧелГУ и рекомендована к утверждению (протокол заседания № 5 от «24» апреля 2025 г.)

Председатель Педагогического совета _____ /М.В. Найн/

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 21.04.2022 № 257 по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 3 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------

Содержание

1. Паспорт программы дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации рабочей программы дисциплины	14
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	16



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 4 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

1. Паспорт программы дисциплины

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины СГЦ.04 «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина является обязательной и относится к группе дисциплин социально-гуманитарного цикла.

1.3. Цели и задачи освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность 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)

знать:

- 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 перенапряжения.

Дисциплина «Физическая культура» способствует формированию у обучающихся следующих **общих компетенций**:

ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 5 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося – 124 часа, в том числе:
обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 124 часа;

2. Структура и содержание учебной дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	124
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	124
в том числе:	
Теоретические занятия	-
Практические занятия	124
Лабораторные занятия	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-
Промежуточная аттестация	-
Другие формы контроля (4 семестр)	
Зачет (6 семестр)	



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 6 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень усвоения
Раздел 1. Социально-культурные, психолого-педагогические и медико-биологические основы.		4	
Тема 1.1. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности	Содержание учебного материала Основные понятия: физическая культура и спорт; физическое воспитание, самовоспитание и самообразование; ценности физической культуры, ценностное отношение и ориентация, физическое развитие, физическая и его организации. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни	2	
		2	1,2
Тема 1.2. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала основные понятия: основные понятия, относящиеся к спорту: физическая культура, физическая подготовка, физические способности, тренировка, тренировочная нагрузка, соревновательная деятельность, спорт, физическое совершенство	2	
		2	1,2
Раздел 2. Легкая атлетика		20	
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции: техника низкого старта, стартового ускорения, бег по дистанции, финиширование, специальные упражнения.	Содержание учебного материала Практические занятия Биомеханические основы техники бега; техника низкого старта; старты и стартовые ускорения; бег по дистанции, финиширование, специальные упражнения. На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и	2	
			1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 7 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------

	способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой		
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия 1. техника бега на средние и длинные дистанции; 2. старт, бег по дистанции, прохождение поворотов (работа рук, стопы), финишный бросок. 3. длительный кросс до 15-18 минут		1,2
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега.	Содержание учебного материала	2	
	Практические занятия специальные упражнения; знать способы прыжков в высоту («перешагивание», «перекидной», «фосбери-флоп»); техника разбега, отталкивание, переход через планку и приземление. специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), акробатические упражнения (кувырки, группировки, перекаты).		1,2
Тема 2.4. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега: техника разбега, отталкивание, полет, приземление.	Содержание учебного материала	2	
	Практические занятия способы прыжков в длину («согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы»); техника разбега, отталкивание, полет, приземление. специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), акробатические упражнения (кувырки, группировки, перекаты).		1,2
Тема 2.5. Совершенствование техники метания гранаты	Содержание учебного материала	2	
	Практические занятия техника безопасности при метании;		1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 8 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	--------------	------------------------	---------------

(д.- 500 гр., ю.-700 гр.)	биомеханические основы техники метания; держание гранаты, разбег, заключительная часть разбега, финальные усилия. упражнения для укрепления мышц плечевого пояса, ног		
Тема 2.6. Методика эффективных и экономичных способов владения жизненноважными умениями и навыками	Содержание учебного материала	2	
	Практические занятия		
	эффективные способы владения жизненно-важными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, методы овладения умениями и навыками). бег трусцой.		1,2
Тема 2.7. Простейшие методики оценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для направленной коррекции	Содержание учебного материала	2	
	Практические занятия		
	признаки работоспособности, усталости, утомления; средства физической культуры для коррекции (выносливость, защитные функции, общее и локальное утомление, сердечнососудистая система, дыхательная система, энергетические запасы организма, тесты).		1,2
Тема 2.8. Контрольные занятия	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	выполнение контрольного норматива в беге на 100 м.; выполнение контрольного норматива в беге на 3000-2000 м; выполнение контрольного норматива в прыжках в высоту; выполнение контрольного норматива в прыжках в длину; выполнение контрольного норматива в метании гранаты;		3
Раздел 3. Баскетбол		42	
Тема 3.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки, остановки, повороты (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок). На каждом занятии планируется		1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 9 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	<p>решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей:</p> <ul style="list-style-type: none">-воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми.-воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми.-воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми.-воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. <p>В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт. После изучения техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры. В процессе занятий по баскетболу студентом проводится самостоятельная разработка и проведение занятия или фрагмента занятия баскетболом.</p>		
Тема 3.2. Передачи мяча.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия передача мяча двумя руками от груди; передача мяча двумя руками сверху; передача мяча двумя руками снизу; передача мяча одной рукой от плеча; передача одной рукой от головы или сверху; передача одной рукой «крюком»; передача одной рукой снизу; передача одной рукой сбоку; скрытая передача мяча за спиной. Передачи мяча в усложненных условиях.		
Тема 3.3. Ведение мяча	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 10 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	---------------	------------------------	---------------

	ведение с высоким и низким отскоком; со зрительным и без зрительного контроля; обводка соперника с изменением высоты отскока; с изменением направления; с изменениям скорости; с поворотом и переводом мяча. работа с двумя мячами.		1,2
Тема 3.4. Техника штрафных бросков.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	техника штрафных бросков: подготовка к броску; бросок (техника работы рук и ног). броски на результат с линии штрафного броска, после ОФП		1,2
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении.	Содержание учебного материала	6	
	Практические занятия		
	техника защиты: техника передвижений (сойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты); техника овладения мячом и противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока. тактика нападения: (индивидуальные (действия игрока с мячом и без мяча), групповые (взаимодействие двух и трех игроков), командные действия (позиционное и стремительное нападение)).учебная игра (с заданиями).		1,2
Тема 3.6. Основы методов судейства и тактики игры.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	техника игры; правила судейства; выполнение техники поворотов, приема и передачи мяча, техники штрафных бросков, ведение мяча. упражнения для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.		1,2
Тема 3.7. Методика индивидуального подхода к направленному развитию физических качеств	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	развития основных физических качеств баскетболистов: быстрота, ловкость, выносливость, прыгучесть,		1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 11 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	---------------	------------------------	---------------

	сила; знать методику индивидуального подхода двигательных качеств		
Тема 3.8. Контрольные занятия	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	два шага бросок в кольцо; штрафной бросок; баскетбольная «Дорожка» (простейшие элементы баскетбола).		3
Раздел 4 Лыжная подготовка		26	
Тема 4.1. Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках)).	Содержание учебного материала	26	
	Практические занятия		
	Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. Прыжки на лыжах с малого трамплина. Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши) На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники изучаемого вида спорта. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей на основе использования средств изучаемого вида спорта: -воспитание выносливости в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание координации движений в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание гибкости в процессе занятий изучаемым видом спорта. Каждым студентом обязательно проводится самостоятельная разработка содержания и проведение занятия или фрагмента занятия по		1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 12 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	изучаемому виду спорта		
Раздел 5. Волейбол.		32	
Тема 5.1. Стойки игрока и перемещения.	Содержание учебного материала	6	
	Практические занятия		
	Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок), (основная стойка, перемещение вперед, назад, вправо, влево). На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт. После изучение техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры. В процессе занятий по волейболу каждым студентом проводится самостоятельная разработка и проведение занятия или фрагмента занятия волейболом		1,2
Тема 5.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия		
	совершенствование техники, приемов и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.		1,2



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 13 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Тема 5.3. Нижняя прямая и боковая подача.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия совершенствование техники нижней прямой и боковой подачи мяча (стойка во время подачи, работа рук и ног).		
Тема 5.4. Верхняя прямая подача.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия совершенствование техники верхней прямой подачи (стойка, работа рук и ног).		
Тема 5.5. Тактика игры в защите и нападении.	Содержание учебного материала	6	
	Практические занятия совершенствование тактики игры в защите и нападении (подача в зону, нападающий удар, блокирование игрока с мячом); знать тактику игры в защите и нападении; знать технику игры; знать правила судейства; выполнять приемы передачи мяча; выполнять нижнюю прямую и боковую, верхнюю прямую подачи; участвовать в судействе соревнований		
Тема 5.6. Основы методики судейства по избранному виду спорта. Правила соревнований. Техника и тактика игры. Практика судейства	Содержание учебного материала	2	
	судейство в волейболе; правила соревнований; судьи, бригада судей; жесты судей; техника и тактика игры		
Тема 5.7. Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической направленностью.	Содержание учебного материала	2	
	Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической направленностью.		
Тема 5.8. Контрольные занятия.	Содержание учебного материала	4	
	Практические занятия передачи мяча в парах; прием мяча снизу и сверху; верхняя прямая подача.		
Итого:		124	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 – ознакомительный уровень (узнавание ранее изученных объектов, свойств);



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 14 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. Условия реализации рабочей программы дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Спортивный комплекс для проведения практических занятий:

Спортивный зал №1

454000, Челябинская обл., г. Челябинск, ул. Молодогвардейцев, д. 70б

Нежилое здание (учебный корпус №2)

основное оборудование: шведская стенка; стол теннисный; канаты гимнастические; маты гимнастические (татами); биомеханическая площадка; брусья навесные; музыкальный центр

спортивный инвентарь: обручи; гантели; гири; мячи; ракетки настольного тенниса, воланы и др

Спортивный зал №2

454139, Челябинская обл., г. Челябинск, ул. Василевского, д.75

Нежилое здание, (Дворец культуры «Победа»)

Основное оборудование: баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, волейбольная сетка, щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой, сетка для переноса и хранения баскетбольных мячей, компрессор для накачивания мячей, шведская стенка, обручи, скакалки, турники, туристические коврики для занятий аэробикой, лыжи.

Помещения для организации самостоятельной и воспитательной работы

1. Библиотека, читальный зал №3 с выходом в Интернет - помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы.

Основное оборудование: стеллажи книжные, кафедра выдачи литературы, выставочный стеллаж, шкафы, столы, стулья, кондиционер, 9 персональных компьютеров с подключением к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»; учебная мебель, проектор, экран, кондиционер.



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 15 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Программное обеспечение: Microsoft Windows Professional 7 Russian Academic OPEN No Level (Срок действия - по договору); Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level (срок действия – по договору); Антивирус Касперского (срок действия – по договору); КонсультантПлюс (срок действия – по договору); НЭБ (срок действия – по договору).

Неограниченный доступ к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам.

2. Актовый зал на 483 места с выходом в сеть Интернет - для проведения научных конференций, семинаров - помещение для организации воспитательной работы.

Технические средства обучения для проведения занятий: мультимедийный комплекс портативный (ноутбук, демонстрационный экран, проектор).

Основное оборудование: современное звуковое, световое и видеоборудование.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

1. Бишаева, А. А., Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. — Москва : КноРус, 2023. — 379 с. — ISBN 978-5-406-11725-5. — URL: <https://book.ru/book/949532> — Текст : электронный.

2. Федонов, Р. А., Физическая культура : учебник / Р. А. Федонов. — Москва : Русайнс, 2023. — 256 с. — ISBN 978-5-466-03006-8. — URL: <https://book.ru/book/949385> — Текст : электронный.

3. 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> — Текст : электронный.

Интернет-ресурсы:

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999- . – Доступ к полным текстам после регистрации из сети ЧелГУ. – URL: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> – Яз. рус.,



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 16 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

англ.

2. ИНФОРМИО [Электронный ресурс] : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научно-практическими материалами]. – Москва, 2010 – . – Доступ из сети университета : <http://www.informio.ru/>

3. Интерфейс [Электронный ресурс] : сайт. - URL: <http://www.interface.ru> , свободный

4. SQL Official [Электронный ресурс] : [Форум разработчиков и пользователей SQL] : сайт. - URL: <http://www.sql.ru/> , свободный

5. Компьютерные видеоуроки онлайн [Электронный ресурс] : сайт. - URL: <http://compteacher.ru/programming/c/> , свободный

6. Code-Live.ru [Электронный ресурс] : портал о программировании. - URL: <https://code-live.ru/> , свободный

3.3. Условия реализации рабочей программы для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организовано совместно с другими обучающимися.

Для освоения дисциплины в фонде библиотеки и электронно-библиотечных системах имеется основная и дополнительная учебная литература в виде электронных документов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Данные технические средства могут быть представлены Региональным учебно-научным центром инклюзивного образования ЧелГУ.

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий и проектов.



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1

стр. 17 из 18

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> 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 перенапряжения</p>	<p>«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.</p> <p>«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.</p> <p>«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p> <p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	<ul style="list-style-type: none">• тестирование на знание терминологии по теме;• Тестирование• Контрольная работа• Наблюдение за выполнением практического задания. (деятельностью студента)• Оценка выполнения практического задания(работы)
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность 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)</p>		



Минобрнауки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.04. Физическая культура
Специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Версия документа - 1	стр. 18 из 18	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____
----------------------	---------------	------------------------	---------------

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене/зачете.