

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2025 01:07:16
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8322529



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 1 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Рабочая программа дисциплины **Физическая культура**

Специальность
09.02.07 Информационные системы и программирование

Присваиваемая квалификация
Программист

Форма обучения
Очная (год набора 2025)

Челябинск, 2025

				Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование							
Версия документа - 1		стр. 2 из 16		Первый экземпляр _____		КОПИЯ № _____	

09.02.07 Информационные системы и программирование
рабочая программа по дисциплине «Физическая культура»
2025 год набора, очная форма обучения

Утверждена:

Проректор по учебной работе _____

подпись

А.А. Саламатов

И.О. Фамилия

Согласована:

Педагогическим советом Колледжа ЧелГУ

Протокол заседания от «24» апреля 2025 г. № 5

Председатель Педагогического совета
Колледжа ЧелГУ

подпись

М.В. Найн

И.О. Фамилия

Составитель

подпись

М.В. Худякова

И.О. Фамилия

Структура рабочей программы по дисциплине соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 09.07.2024г. № 327-1 «Об утверждении шаблонов документов».

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 3 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Содержание

1. Паспорт рабочей программы дисциплины.....	4
1.1. Область применения рабочей программы и место дисциплины в структуре ОПОП СПО	4
1.2. Цель, задачи и планируемые результаты освоения дисциплины	4
2. Структура и содержание дисциплины.....	6
2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	6
2.2. Тематический план и содержание дисциплины	7
3. Условия реализации дисциплины.....	12
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению дисциплины.....	12
3.2. Информационное обеспечение реализации программы.....	14
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины.....	15

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 4 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

1. Паспорт рабочей программы дисциплины

1.1. Область применения рабочей программы и место дисциплины в структуре ОПОП СПО

Рабочая программа дисциплины ОГСЭ 05. Физическая культура является частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

1.2. Цель, задачи и планируемые результаты освоения дисциплины

Цель дисциплины «Физическая культура» - формирование физической культуры личности, а также способности направленного использования средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Основные задачи включают: укрепление здоровья, развитие физических качеств, формирование двигательных навыков, привитие навыков здорового образа жизни и воспитание потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.

Планируемые результаты освоения дисциплины:

Код компетенции согласно ФГОС (ОПОП СПО)	Содержание компетенций согласно ФГОС (ОПОП СПО)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	Умения: определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; оформлять бизнес-план; рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности;



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 5 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		презентовать бизнес-идею; определять источники финансирования Знания: содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования; основы предпринимательской деятельности; основы финансовой грамотности; правила разработки бизнес-планов; порядок выстраивания презентации; кредитные банковские продукты
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Умения: организовывать работу коллектива и команды взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности основы проектной деятельности
ОК 06	ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Умения: описывать значимость своей специальности Знания: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата,	Умения: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности Знания: правила экологической безопасности

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 6 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

	принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Умения: 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 специальности Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения

2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	168
Максимальная аудиторная нагрузка	168
В т.ч.:	
3 семестр	
Основное содержание	30
теоретическое обучение	-
практические занятия	30
самостоятельная работа	-
4 семестр	
Основное содержание	34
теоретическое обучение	-
практические занятия	30
самостоятельная работа	4
5 семестр	
Основное содержание	30
теоретическое обучение	-

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 7 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

практические занятия	24
самостоятельная работа	6
6 семестр	
Основное содержание	32
теоретическое обучение	-
практические занятия	32
самостоятельная работа	-
7 семестр	
Основное содержание	44
теоретическое обучение	-
практические занятия	22
самостоятельная работа	20
Промежуточная аттестация	
ДР (другая форма контроля) (4, 5, 6 семестр)	
Дифференцированный зачет (7 семестр)	
ИТОГО	168

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
1	2	3	4
3 семестр		30	
Лёгкая атлетика	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения	2	ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Лёгкая атлетика	Основное содержание	4	
	Практическое занятие. Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю); прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Волейбол	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Стойки игрока.		ОК 04



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 8 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП		ОК 06 ОК 07 ОК 08
Волейбол	Основное содержание	4	ОК 03
	Практическое занятие. Выполнение комплекса упражнений по ОФП. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Волейбол	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног. Нижняя прямая и боковая подача		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Баскетбол	Основное содержание	4	ОК 03
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты.		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Баскетбол	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса. Передачи мяча.		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Баскетбол	Основное содержание	4	ОК 03
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком.		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Строевые приемы	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
Гимнастика	Основное содержание	4	ОК 03
	Практическое занятие. Отработка техники акробатических упражнений		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
4 семестр		30	
Лёгкая атлетика	Основное содержание	2	ОК 03
	Практическое занятие. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции		ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 9 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Лёгкая атлетика	Основное содержание	2	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП		
Волейбол	Основное содержание	2	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару		
Волейбол	Основное содержание	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча		
Баскетбол	Основное содержание	2	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног. Техника штрафных бросков		
Баскетбол	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам баскетбола	4	
	Практическое занятие. Игра по правилам	2	
Баскетбол	Основное содержание	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Практика в судействе соревнований по баскетболу	2	
	Практическое занятие. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»	2	
Строевые приемы	Основное содержание	2	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов		
Гимнастика	Основное содержание	10	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка техники акробатических упражнений	4	
	Практическое занятие. Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих	2	



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 10 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	упражнений; основные положения рук, ног, проведение с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ		
	Самостоятельная работа. Выполнение комплекса ОРУ	4	
5 семестр		24	
Лёгкая атлетика	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега		
Волейбол	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка навыков судейства в волейболе	4	
	Самостоятельная работа. Изучение правил судейства в волейболе	2	
Волейбол	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Выполнение передачи мяча в парах. Игра по правилам.		
Бадминтон	Основное содержание	12	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Техника безопасности на занятиях бадминтоном. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: основные стойки, классическая универсальная хватка ракетки, техника ударов, перемещения игрока, подачи, удары по волану техника передвижения игрока к сетке, в стороны, назад Освоение/ совершенствование приёмов тактики защиты и нападения	8	
	Самостоятельная работа. Изучение техники выполнения приёмов игры: основные стойки, классическая универсальная хватка ракетки, техника ударов, перемещения игрока, подачи, удары по волану техника передвижения игрока к сетке, в стороны, назад	4	
6 семестр		32	
Аэробика	Основное содержание	12	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Освоение базовых, основных и модифицированных шагов аэробики, прыжков, передвижений, танцевальных движений в оздоровительной	6	



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

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Версия документа - 1

стр. 11 из 16

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	аэробике.		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений аэробного характера для совершенствования функциональных систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой). Комплексы для развития физических способностей средствами аэробики, в т.ч. с использованием новых видов оборудования и направлений аэробики (классическая, степ-аэробика, фитбол-аэробика и т. п.).	6	
Атлетическая гимнастика	Основное содержание	10	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение упражнений со свободными весами Выполнение упражнений и комплексов упражнений с использованием новых видов фитнес оборудования. Упражнения на тренажерах на развитие основных групп мышц. Упражнения с гантелями, гириями разного веса, штангой. Выполнение упражнений и комплексов упражнений на силовых тренажерах и кардиотренажерах.	10	
Настольный теннис	Основное содержание	10	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра	10	
7 семестр		42	
Лёгкая атлетика	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции	4	
	Самостоятельная работа. Отработка техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции	4	
Лёгкая атлетика	Основное содержание	2	ОК 03 ОК 04 ОК 06
	Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП		

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 12 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

			ОК 07 ОК 08
Волейбол	Основное содержание	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару	2	
	Самостоятельная работа. Отработка стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару	4	
Волейбол	Основное содержание	6	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча	2	
	Самостоятельная работа. Изучение тактики игры в защите и нападении, приёмов передачи мяча	4	
Баскетбол	Основное содержание	10	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног. Техника штрафных бросков	4	
	Самостоятельная работа. Отработка упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног.	6	
Баскетбол	Основное содержание	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Игра по упрощенным правилам баскетбола	2	
	Практическое занятие. Игра по правилам	2	
Строевые приемы	Основное содержание	8	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов	4	
	Самостоятельная работа. Отработка строевых приёмов	4	
Всего:		168	

3. Условия реализации дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению дисциплины

Спортивный комплекс для проведения практических занятий:

Спортивный зал №1

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

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 13 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

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

Основное оборудование:

волейбольная сетка, щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой, сетка для переноса и хранения баскетбольных мячей, компрессор для накачивания мячей, шведская стенка.

Спортивный инвентарь:

баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, 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.

454001, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Братьев Кашириных, д. 129

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.

Программное обеспечение:

Microsoft Windows Professional 7 Russian Academic OPEN No Level (Договор № АЭ-19/15); Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level (Договор № АЭ-23/12); Антивирус Касперского (Лицензионный договор № К-0054-Р от 19.12.22); КонсультантПлюс (Соглашение о сотрудничестве № 31 от 20.05.2023 г. с региональным информационным центром общероссийской сети распространения правовой информации); НЭБ (Договор № 101/НЭБ/2810 от 20.02.2018).

Неограниченный доступ к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации; к современным профессиональным базам данных и информационным справочным © ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 14 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

системам.

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

454001, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Братьев Кашириных, д. 129

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

Основное оборудование: современное звуковое, световое и видеоборудование.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основная литература:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник [для всех специальностей СПО] /А.А. Бишаева. - [7-изд.,стер.] - Москва: Издательский дом Академия, 2020.-320с.-ISBN 978-5-4468-9406-2 -Текст: непосредственный

Дополнительная литература:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535163>

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544814>

3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542058>

Интернет-ресурсы

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 15 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

2. Конеева, Е. В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, направленных на формирование общих и профессиональных компетенций. Для формирования, контроля и оценки результатов освоения дисциплины используется ФОС по дисциплине.

Общая/профессиональная компетенция	Тип оценочных средств
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	Текущий контроль: - Устный опрос. - Тестирование. - Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений - Результаты выполнения контрольных нормативов Промежуточная аттестация: - Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	
ОК 07. Содействовать сохранению	

 Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ			
Рабочая программа дисциплины Физическая культура специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование			
Версия документа - 1	стр. 16 из 16	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

окружающей среды, ресурсосбережению, применять знаний об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при проведении промежуточной аттестации.