**050141 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс | Наименование циклов, разделов, дисциплин, профессиональных модулей, МДК, практик | Краткая аннотация программ |
| ПП | ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА | |
| ОГСЭ | **Общий гуманитарный и социально-экономический цикл** | |
| ОГСЭ.01 | **Основы философии** | Основные категории и понятия философии; роль философии в жизни человека и общества; основы философского учения о бытии; сущность процесса познания; основы научной, философской и религиозной картин мира; об условиях формирования личности, свободе  и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды; о социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.  Общие философские проблемы бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основе формирования культуры гражданина и будущего специалиста. |
| ОГСЭ.02 | **История** | Основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);  сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX – начале XXI в.;основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира; назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности; о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;  Современная экономическая, политическая и культурная ситуация в России и мире. Взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем. |
| ОГСЭ.03 | **Психология общения** | Взаимосвязь общения и деятельности; цели, функции, виды и уровни общения; роли и ролевые ожидания в общении; виды социальных взаимодействий; механизмы взаимопонимания в общении; техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; этические принципы общения; источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.  Техника и приемы эффективного общения профессиональной деятельности, приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 36** |
| ОГСЭ.04 | **Иностранный язык** | Лексический (1200 **–** 1400 лексических единиц) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.  Общение (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы. Перевод (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности. Совершенствование устной и письменной речи, пополнение словарного запаса.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 193** |
| ОГСЭ.05 | **Русский язык и культура речи** | Виды, средства, формы и методы вербальной коммуникации; структуру языка как средства коммуникации; особенности функционирования языковых единиц в разных сферах общения.  Знания в профессиональной деятельности, профессиональной коммуникации, межличностном общении; анализ научной литературы; примение терминологии.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 27** |
| ОГСЭ.06 | **Основы социологии и политологии** | **Количество часов практических и лабораторных занятий -27** |
| ОГСЭ.07 | **Физическая культура** | Физическая культура в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.  Физкультурно-оздоровительная деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 196** |
| ЕН**.00** | **Математический и общий естественнонаучный цикл** | |
| ЕН.01. | **Математика** | Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними; основные комбинаторные конфигурации; способы вычисления вероятности событий; способы обоснования истинности высказываний; понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; стандартные единицы величин и соотношения между ними; правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; методы математической статистики.  Математические методы решения профессиональных задач; комбинаторные задачи, вероятность событий; анализ измерения величин, приближенные вычисления; элементарная статистическая обработка информации и результатов исследований.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -50** |
| ЕН.02. | **Информатика и информационно -коммуникационные**  **технологии (ИКТ) в**  **профессиональной деятельности** | Правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании и средств ИКТ; основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических,  числовых и т.п.) с помощью современных программных средств; возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития; назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности.  Правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании  средств ИКТ в профессиональной деятельности; современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, на основе компьютерных технологий; создание, редактирование, оформление, сохранение, передача информационных объектов различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса; использование сервисов и информационных ресурсов сети Интернет в профессиональной деятельности.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -50** |
| ЕН.03 | **Экологические основы природопользования** | Правовые вопросы экологической безопасности.  Взаимосвязь организмов и среды обитания. Условия устойчивого состояния экосистем и причины возникновения экологического кризиса. Природные ресурсы России и мониторинг окружающей среды, экологические принципы рационального природопользования.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 18** |
| П**.00** | **Профессиональный цикл** | |
| ОП.01 | **Анатомия** | Основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии,  анатомии и физиологии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо- физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.  Топографическое расположение и строение органов и частей тела; возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи; знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; антропометрические показатели, оценивание возраста и пола обучающихся, отслеживание динамики изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -39** |
| ОП.02 | **Физиология с основами биохимии** | 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; биохимические основы развития физических  качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического  состояния организма.  Физиологические показатели организма человека; функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 10** |
| ОП.03 | **Гигиенические**  **основы физического**  **воспитания** | Основы гигиены детей и подростков; гигиенические нормы, требования и правила  сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; понятие медицинской группы; гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; основы профилактики инфекционных  заболеваний; основы гигиены питания детей, подростков и  молодежи; гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи; основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; гигиенические основы закаливания; гигиенические требования к учебно- воспитательному процессу, зданию и помещениям школы; физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.  Гигиена в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их  заменяющих); режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок; суточный расход энергии, соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 12** |
| ОП.04 | **Основы врачебного контроля** | Цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической  культурой; назначение и методику проведения простейших функциональных проб.  Проведение врачебно-педагогических наблюдений, обсуждение их  результатов; проведение простейших функциональных проб.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -20** |
| ОП.05 | **Педагогика** | Взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития; значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности; принципы обучения и воспитания; особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных учреждений на различных ступенях образования; формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения; психолого-педагогические условия развития  мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания; педагогические условия предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации; понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику; особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями,  девиантным поведением; приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения; средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога; основы деятельности классного руководителя.  Цели и задачи, педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания; анализ педагогической деятельности, педагогические факты и явления; повышение эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и  саморазвития; ориентирование в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования; примение знания по педагогике при изучениипрофессиональных модулей.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -**110 |
| ОП.06 | **Психология** | Особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой; основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию; возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; особенности общения и группового поведения  в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику; понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения; основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности; психологические основы обучения  двигательным действиям.  Индивидуальные и типологические  особенности обучающихся; знания по психологии при  изучении профессиональных модулей.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -126** |
| ОП.07 | **Теория и история**  **физической культуры** | Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; историю международного спортивного движения; современные концепции физического  воспитания; средства формирования физической культуры  человека; механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного  образования; дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; основы теории обучения двигательным действиям; теоретические основы развития физических качеств; особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях до вузовского профессионального образования; особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; сущность и функции спорта; основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки; основы оздоровительной тренировки; проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.  Ориентировка в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; использование знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышение интереса к физической культуре и спорту; использование терминологии в области физической культуры; определение педагогических возможностей, применение различных методов,  приемов, методик, форм физического воспитания; анализ информации по теории и истории физической культуры, повышение эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития. |
| ОП.08 | **Правовое**  **обеспечение**  **профессиональной**  **деятельности** | Основные положения Конституции Российской Федерации; права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации; понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных физкультурно-спортивных объединений; основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта; правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта;  социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта; порядок заключения трудового договора и основания для его прекращения; правила оплаты труда; понятие дисциплинарной и материальной  ответственности работника; виды административных правонарушений и  административной ответственности; нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения  споров.  Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта, в профессиональной деятельности; защита прав в соответствии с гражданским, гражданско-процессуальным и трудовым законодательством; анализ и оценка результатов и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения; примение знаний основ права при изучении профессиональных модулей.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -10** |
| ОП.09 | **Основы биомеханики** | Основы кинематики и динамики движений человека;биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;биомеханику физических качеств человека.  Знания по биомеханике при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; биомеханический анализ двигательных действий.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -20** |
| ОП.10 | **Практикум по судейству** | Цели и задачи по организации соревнований, основы судейства по изученным базовым видам спорта; правила проведения соревнований по базовым и новым видам спорта.  Анализ, объяснение рекомендации по практическому  использованию  полученных знаний; готовность к социальнопрофессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни и систематическое физическое самосовершенствование;  научное  мировоззрение, единство научных и практических знаний, позитивное ценностное отношение к физической культуре.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -50** |
| ОП.11 | **Экономика образовательного учреждения** | Знания о сути экономических явлений и их взаимосвязи; о роли образования в  экономике страны; об особенностях современного этапа развития образования; основных принципах соотношения государственных и рыночных регуляторов в системе образования; различных формах финансирования образовательных учреждений, о менеджменте и маркетинге в системе образования; умения выносить аргументированные суждения по экономическим вопросам;  разрабатывать варианты управленческих решений с учетом рисков и возможных социально-экономических последствий; овладеют способами анализа, истолкования и описания экономических процессов; принятия ответственных экономических решений; обработки массивов статистически данных в соответствии с поставленной задачей, интерпретации полученных результатов.  Формирование собственной позиции по отношению к предпринимательскому праву, степень прогрессивности экономических систем в рамках курса  предпринимательское право; участие в решении исторических проблем российского  предпринимательства.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -19** |
| ОП.12 | **Основы здорового образа жизни** | Ответственность человека за свое здоровье; о здоровье как необходимом условии высокой работоспособности в любом виде деятельности; возрастные особенности физического и психического развития и их влияние на здоровье человека; определение иммунитета, способы повышения иммунитета; о самонаблюдении, самоанализе как способах познания себя и других; о взаимосвязи самооценки и здоровья; методы самовоспитания.  Отдельные компоненты ЗОЖ в соответствии с индивидуальными особенностями; способы повышения иммунитета, индивидуальный план ЗОЖ.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -50** |
| ОП.13 | **Безопасность здорового образа жизни** | Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.  Мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; профилактические меры снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; первичные средства пожаротушения; профессиональные знания исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; способа бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; первую помощь пострадавшим.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -24** |
| **ПМ** | **Профессиональные модули** | |
| **ПМ.01** | **Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта** | |
| **ПМ.01** | **МДК.01.01**  **Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов МДК.01.02**  **Обязательная и тренерская деятельность по стрелковым видам спорта (пулевая стрельба), обеспечение безопасного обращение.** | Олимпийское, паралимпийское, специальное олимпийское движения: тенденции интеграции и дифференциации, специфика каждого из них. Методы и методики врачебно-педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях. Формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими. Сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы спортивной тренировки в избранном виде адаптивного спорта. Требования к планированию учебно-тренировочных занятий в адаптивном спорте с учетом уровня квалификации спортсменов и специфики заболеваний. Формы организации тренировочного процесса, принципы спортивной тренировки, содержание и структуру спортивной тренировки в адаптивном спорте. Теория спортивных соревнований, соревновательной деятельность и ее структуры, систему соревнований. Правила соревнований адаптивного спорта  Виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению  Учебно-тематические планы и процесс учебно-тренировочной и физкультурно-спортивной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию. Планирование, проведение, анализе и оценка учебно-тренировочных занятий. Приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Диагностика уровня физической подготовленности занимающихся. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции. Учебно-методическая документация. Методика организации учебно-тренировочных занятий, с учетом возрастных особенностей и специфики заболеваний. Спортивное оборудование и инвентарь.  Методика обучения двигательным действиям, методика развития физических качеств. Техника безопасности на занятиях. Педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися, педагогический контроль на занятиях, процесс и результаты деятельности. Судейство на соревнования в избранном виде адаптивного спорта на массовом уровне.  **Количество часов практических и лабораторных занятий -24** |
| **ПМ.02** | **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения** | |
| **ПМ.02** | **МДК.02.01**  **Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки.**  **МДК.02.02**  **Организация физкультурно-спортивной работы.**  **МДК.02.03**  **Лечебная физическая культура и массаж** | Проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, разработки предложений по их совершенствованию. Документация, обеспечивающая организацию физкультурно-спортивные мероприятия и занятия Профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности. Терминология базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений  Состав групп и сгораемостью состава занимающихся в течение срока обучения. Педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения, имеющими отклонения в состоянии здоровья, проводить простейшие функциональные пробы. Индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой. Организация и методика проведения занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности. Методы и формы организации физкультурно-спортивных занятий и мероприятий, с учетом возрастно-половых, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, специфики заболевания. Методика развития физических качеств в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности. Судейство по базовым видам спорта. Оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю. Двигательные действия и методики развития физических качеств в адаптивной физической культуре. Средства и формы адаптивной двигательной рекреации. Средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре. Значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата  Массаж: основные виды и приемы, физиологические механизмы влияния массажа на организм, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 470** |
| ПМ.03 | **Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.** | |
|  | **МДК.03.01**  **Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту.** | Анализ тренировочных комплексов в избранном виде адаптивного спорта, физкультурно-оздоровительных комплексов. Педагогическая и методическая литература по проблемам адаптивной физической культуры и спорта. Деятельности педагогов, тренеров, оценивание образовательных, а также спортивных технологий в адаптивной физической культуре и спорте. Учебно-исследовательская работ и представление ее результатов под руководством научного руководителя. Примерные программы учебно-спортивной подготовки и организации физкультурно-спортивной, деятельности. Цели и задачи, содержание, формы, методы и средства планирования учебно-тренировочного процесса и физкультурно-спортивной деятельности детей, подростков и молодежи, имеющих отклонения в состоянии здоровья.  Календарно-тематическое планирование с учетом особенностей возраста, вида спорта, специфики заболеваний воспитанников. Методы оздоровительной физической культуры и методов спортивной тренировки в адаптивной физической культуре и спорте. Пути самосовершенствования педагогического, спортивного мастерства. Взаимосвязь научной, методической, учебной деятельности в области адаптивной физической культуры и спорта. Теоретические основы организации методической работы по адаптивной физической культуре и спорту. Теоретические основы планирования учебно-тренировочного процесса, физкультурно-спортивной работы. Методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте.  **Количество часов практических и лабораторных занятий - 76** |
|  |  |  |