

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ «ГУБЕРНСКИЙ КОЛЛЕДЖ Г. СЫЗРАНИ»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ ГБПОУ «ГК г. Сызрани»  
от 30.05.2023 г. № 230-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

общий гуманитарный и социально-экономический цикл

программы подготовки специалистов среднего звена по специальности:

**10.02.05 Обеспечение информационной безопасности автоматизированных систем**

**профиль обучения: технологический**

**г. Сызрань, 2023**

## **РАССМОТРЕНА**

Предметной (цикловой) комиссией  
цикла общеобразовательных, общих гуманитарных,  
социально-экономических, естественнонаучных дис-  
циплин  
от «25» мая 2023 г. протокол № 11

Составитель: Д.В. Лисин, преподаватель ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

Внутренняя экспертиза (техническая и содержательная): И.Н. Ежкова, методист строительного профиля ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

Содержание программы реализуется в процессе освоения обучающимися основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, а также с учётом требований 10.02.05 Обеспечение информационной безопасности автоматизированных систем.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.....	5
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	6
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	13
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ..... ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	15
6. ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	16
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	17
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	18

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.04 Физическая культура

### 1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – УД) является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена/программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих ГБПОУ «ГК г. Сызрани» по специальности СПО 10.02.05 Обеспечение информационной безопасности автоматизированных систем.

Рабочая программа составляется для очной формы обучения.

**2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена/ программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих:** учебная дисциплина входит в цикл общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

### 3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

По результатам освоения дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура у обучающихся должны быть сформированы образовательные результаты в соответствии с ФГОС СПО (ПООП\*):

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 08 ПК. 3.1	<ul style="list-style-type: none"><li>- применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;</li><li>- использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;</li><li>- проявлять и демонстрировать уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремится к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»</li><li>- осознает приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. - проявлять уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li><li>– основы здорового образа жизни;</li><li>– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li><li>– средства профилактики перенапряжения;</li><li>– способы реализации собственного физического развития.</li></ul>

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
-------	--

Вариативная часть:

По результатам освоения дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура у обучающихся должны быть сформированы вариативные образовательные результаты, ориентированные на выполнение требований рынка труда.

С целью реализации требований профессионального стандарта 06.030 Специалист по защите информации в телекоммуникационных системах и сетях обучающийся должен:

**иметь практический опыт:** контроль выполнения персоналом требований инструкций и регламентов по эксплуатации СССЭ, средств и систем защиты СССЭ от НСД.

**уметь:** производить постановку задач персоналу по обеспечению защиты СССЭ от НСД и организовывать их выполнение.

**знать:** цели и задачи управления персоналом по обеспечению защиты сетей электро-связи от НСД.

## 2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебного предмета</b>	<b>184</b>
<b>Основное содержание</b>	<b>184</b>
Всего во взаимодействии с преподавателем	<b>182</b>
Теоретическое обучение	20
лабораторные/практические занятия	162
<b>Профессионально ориентированное содержание</b>	
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
лабораторные/практические занятия	12
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>
<b>Консультации</b>	<b>Не предусмотрено</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>Дифференцированный зачет</b>

**3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**ОГСЭ.04 Физическая культура**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника бега на короткие дистанции. 2. Техника прыжка в длину с места.	<b>4</b>	
	<b>В том числе практических занятий</b>		
	1	Практическое занятие № 1. Техника безопасности на занятиях по лёгкой атлетике. Техника беговых упражнений	1
	2	Практическое занятие № 2. Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Повторный бег 200м	1
	3	Практическое занятие № 3. Совершенствование техники низкого старта. Бег 100 м.	1
	4	Практическое занятие № 4. Совершенствование стартового разбега. Переменный бег 200м.	1
	5	Практическое занятие № 5. Совершенствование техники финиширования. Бег 100 м.	1
	6	Практическое занятие № 6. Совершенствование техники бега на дистанции 100 м. Контрольный тест 100м.	1
7	Практическое занятие № 7. Совершенствование техники прыжка в длину с места. Контрольный тест.	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 1.2. Бег на длинные дистан-</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника бега на длинные дистанции.	<b>4</b>	

<b>ции</b>	<b>В том числе практических занятий</b>			
	1	Практическое занятие № 8 Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Равномерный бег 2000м	2	
	2	Практическое занятие № 9. Разучивание комплексов специальных упражнений. Переменный бег 2000м.	1	
	3	Практическое занятие № 10. Техника бега по дистанции 3000м.	1	
	4	Практическое занятие № 11. Совершенствование техники высокого старта, стартовый разбег. Переменный бег 3000м.	1	
	5	Практическое занятие № 12. Совершенствование техники финиширования. Равномерный бег 2000м.	1	
	6	Практическое занятие № 13. Техника бега на дистанции 3000 м. Контрольный тест 3000м.	1	
	7	Практическое занятие № 14. Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 1.3. Эстафетный бег</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника эстафетного бега: старт, стартовый разбега, финиширование, передача эстафетной палочки.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1	Практическое занятие № 15. Совершенствование техники низкого старта. Эстафетный бег 4x100м.	1	
	2	Практическое занятие № 16. Совершенствование техники стартового разбега. Эстафетный бег 4x100м.	1	
	3	Практическое занятие № 17. Совершенствование техники финиширования. Эстафетный бег 4x400м	1	
4	Практическое занятие № 18. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег 4x400м	1		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 1.4. Бег на средние дистанции</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника бега на средние дистанции.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			

	1	Практическое занятие № 19. Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Техника бега на дистанции 400м.	2	
	2	Практическое занятие № 20. Совершенствование техники высокого старта. Равномерный бег 800м.	2	
	3	Практическое занятие № 21. Совершенствование техники стартового разбега. Переменный бег 400м.	2	
	4	Практическое занятие № 22. Совершенствование техники финиширования. Повторный бег 800м.	2	
	5	Практическое занятие № 23. Техника бега на дистанции 400 м. Контрольный тест 800м	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
<b>Раздел 2. Баскетбол</b>				
<b>Тема 2.1. Техника перемещений, стоек. Правила игры.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника перемещений, стоек баскетболиста.		4	
	2. Эффективное применение правил игры.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1	Практическое занятие № 24. Совершенствование техники перемещений и стоек, прием и передача мяча после перемещений в стойке.	2	
	2-3	Практическое занятие № 25 Правила игры. Учебная игра.	4	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 2.2. Ведение, прием и передача мяча.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника ведения, приемов и передач мяча.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-4	Практическое занятие № 26 Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			<b>Не предусмотрено</b>
<b>Тема 2.3. Броски мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника бросков по кольцу.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-2	Практическое занятие № 27. Совершенствование бросков по кольцу с места и	4	



		в движении.		
	3-4	Практическое занятие № 28 .Контрольные тесты. (Штрафной бросок, атака кольца на два шага).	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 2.4. Простые тактические комбинации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Тактика и техника простых тактических комбинаций.		2	
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-4	Практическое занятие № 29. Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Раздел 3. Волейбол</b>				
<b>Тема 3.1. Стойки, перемещения, прыжки. Правила игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника стоек, перемещений и прыжков волейболиста.			
	2. Эффективное применение правил игры.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1	Практическое занятие № 30. Совершенствование техники перемещений, стоек и прыжков	2	
	2	Практическое занятие № 31 Правила игры. Учебная игра.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 3.2. Прием и передачи мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника приема и передачи мяча.		2	
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1	Практическое занятие № 32.Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками сверху.	3	
	2	Практическое занятие № 33.Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками снизу	3	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>
<b>Тема 3.3. Подачи мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника подач мяча.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			

	1-3	Практическое занятие № 34. Совершенствования техники нижней, верхней и боковой подачи мяча.	5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 3.4. Нападающий удар. Блокирование</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника нападающего удара.			
	2. Техника блокирования.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1	Практическое занятие № 35. Совершенствование техники видов нападающего удара.	3	
	2	Практическое занятие № 36. Совершенствование техники видов блокирования	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 3.5. Тактика нападения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Тактические действия в нападении.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-3	Практическое занятие № 37. Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.	5	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>
<b>Тема 3.6. Тактика защиты</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Тактические действия в защите.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-3	Практическое занятие № 38. Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в защите.	5	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>
<b>Раздел 4. Футбол.</b>				
<b>4.1. Техника перемещений. Правила игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника перемещений футболиста.		2	
	2. Эффективное применение правил игры.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
1	Практическое занятие № 39. Совершенствование техники перемещений без	2		

		мяча и с мячом.		
	2-3	Практическое занятие № 40 Отработка правил в футбол. Учебная игра.	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>4.2. Ведение, прием и передача мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника ведения, приемов и передач мяча.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-4	Практическое занятие № 41. Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>4.3. Удары по мячу</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника ударов по мячу.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-2	Практическое занятие № 42. Совершенствование ударов по мячу с места и в движении.	4	
	3-4	Практическое занятие № 43. Контрольные тесты. (Штрафной удар).	4	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>		
<b>4.4. Простые тактические комбинации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Тактика и техника простых тактических комбинаций.			
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-4	Практическое занятие № 44. Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Раздел 5. Атлетическая гимнастика.</b>				
<b>Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника двигательных действий с собственным весом и предметами		2	
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-3	Практическое занятие № 45. Совершенствование техники упражнений с собственным весом на турнике, брусьях, гиперэкстензия, приседания, поднятия на носки, отжимания, упражнения на пресс	6	
	4-7	Практическое занятие № 46. Совершенствование техники упражнений с предметами: обручами, скакалками, гимнастическими палками	8	

	8-10	Практическое занятие № 47.Совершенствование техники упражнений на блочных тренажерах для развития основных мышечных групп.	6	
	11-14	Практическое занятие № 48.Совершенствование техники упражнений со свободными весами: гириями, гантелями, штангами.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Тема 5.2. Комплексы профессионально-прикладных гимнастических упражнений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 08 ПК 3.1
	1. Техника двигательных действий на развитие гибкости		<b>2</b>	
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>			
	1-2	Практическое занятие № 49.Совершенствование техники упражнений для развития гибкости	4	
	3-4	Практическое занятие № 50 Совершенствование техники упражнений для развития двигательной активности	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся. Подготовить доклад по технике упражнений</b>		<b>2</b>	
<b>Промежуточная аттестация</b>			<b>2</b>	
<b>Всего</b>			<b>184</b>	

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

##### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы в колледже все помещения, объекты Физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебного предмета «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по Физической культуре, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- игровой зал для занятий спортивными играми размером 30 м на 18 м;
- тренажерный зал размером 10х7 - с тренажерами;
- фойе - где размещены два теннисных стола;
- зал атлетической гимнастики;
- две раздевалки;
- душ;
- площадка для мини-футбола;
- волейбольная и баскетбольная площадки;
- гимнастическая площадка;
- спортивный инвентарь по игровым видам;

Технические средства обучения: табло; ручное табло; видеоаппаратура; аудиоаппаратура.

Залы:

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

- футбольное поле;
- мини-футбольное поле;
- беговая дорожка;
- сектор для метания;
- яма для прыжков в длину;
- полоса препятствий;
- турники.

##### Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы преподаватель использует перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

##### Основные источники

Для преподавателей

1. Лях В.И., «Физическая культура. 10-11 классы»: учеб. Для общеобразоват. Организаций: базовый уровень – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 255с
2. Погадаев Г.И., «Физическая культура», 10-11 кл. Базовый уровень

Для студентов

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М., 2017

2. Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.— М.,2017
3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
4. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2011.
5. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
6. Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.

#### **Дополнительные источники**

1. Бишаева А. А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие. — М., 2013. Литвинов А. А., Козлов А. В.,
2. Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. — М., 2014.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх;</li> <li>- владеет техниками выполнения двигательных действий;</li> <li>- выполняет тактико-технические действия в игре;</li> <li>- выполняет требуемые элементы;</li> <li>- применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> </ul>	<p>Результаты тестирования Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни;</li> <li>– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>– средства профилактики перенапряжения – Способы реализации собственного физического развития</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека,</li> <li>- владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний</li> </ul>	<p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины</p>





## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Формируемые ОК, ПК, знания и умения
1.	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м. Контрольный тест 100м.	1	Работа в малых группах	ОК.08 ПК.3.4
2.	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м. Контрольный тест 100м.	1	Работа в малых группах	ОК.08 ПК.3.4
3.	Правила игры. Учебная игра. (баскетбол)	2	Работа в малых группах	ОК.08 ПК.3.4

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Сопоставление требований профессионального стандарта

**06.030 Специалист по защите информации в телекоммуникационных системах и сетях, утвержденного Приказом Минтруда России от 25.10.2016 г. №44449 и образовательных результатов УДОГСЭ.04 Физическая культура**

Требования профессионального стандарта	Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с ОР дисциплины	Образовательные результаты дисциплины	Наименование разделов/тем и рабочей программе по дисциплине
<p><b>Необходимые умения:</b> У1 Производить постановку задач персоналу по обеспечению защиты СССЭ от НСД и организовывать их выполнение</p> <p><b>Необходимые знания:</b> ТЗ 1. Цели и задачи управления персоналом по обеспечению защиты сетей электросвязи от НСД</p>	<p>ПМ01. Эксплуатация автоматизированных (информационных) систем в защищенном исполнении МДК.01.05. Эксплуатация компьютерных сетей ПК 1.2 Администрировать программные и программноаппаратные компоненты автоматизированной (информационной) системы в защищенном исполнении Опыт практической деятельности: эксплуатации компонентов систем защиты информации автоматизированных систем; Уметь: обеспечивать работоспособность, обнаруживать и устранять неисправности. Знать: принципы разработки алгоритмов программ, основных приемов программирования.</p>	<p><b>Уметь:</b> У1Использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;</p> <p><b>Знать:</b> З 1 Взаимосвязь общения и деятельности.</p>	<p>Раздел 1. Легкая атлетика Тема1.1Первичный инструктаж по охране труда. Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Спринтерский бег.</p> <p>Раздел 6. Волейбол Тема 6.1. Командные тактические действия в защите и нападении.</p>