Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Волжский государственный университет водного транспорта"
Пермский филиал

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по У и НМР
_____/Е.В. Баранова /
«31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование дисциплины СГ 04Физическая культура
Основная образовательная программа Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики
Специальность 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики

Распределение часов дисциплины по курсам и семестрам

Вид занятий	Очная форма обучения										Заочная форма обучения					Общая трудоемкость
	№ семестра										№ курса					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	
Урок			2													
Практическое занятие			30	34	32	14	14	6								
Лекция																
Семинар																
Лабораторное занятие																
Курсовой проект (работа)																
Итого аудиторных																
Практика																
Консультации																
Промежуточная аттестация																
Самостоятельная работа																
Всего			32	34	32	14	14	6								3,6

Распределение форм контроля, курсовых работ (проектов) и других форм по курсам (семестрам)

Форма контроля	Очная форма обучения										Заочная форма обучения				
	№ семестра										№ курса				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5
Экзамен															
Дифференцированный зачет			дз	дз	дз	дз		дз							
Зачет															
Курсовой проект (работа)															
Другая форма															

Пермь
2026

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом профессионального образования по направлению подготовки (специальности):
ФГОС 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования исредствавтоматики,утверждённогоПриказомМинпросвещенияРоссииот13.12.2024 №893

Автор рабочей программы:
Батуева Т.Г.

Рабочая программа одобрена на заседании ЦМК,

протокол № 1 от « 28 » августа 2026г.

Председатель ЦМК _____/Федосеева О.М./

«28» августа 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы СГ 04-Физическая культура
2. Структура и содержание СГ 04Физическая культура
3. Условия реализации СГ 04Физическая культура
4. Контроль и оценка результатов освоения СГ 04Физическая культура

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫУЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ «ОГСЭ.05ФИЗИЧЕСКАЯКУЛЬТУРА»

Местодисциплины вструктуре основнойобразовательнойпрограммы:

Учебная дисциплина «СГ.04 Физическая культура» является обязательной ча-стью общего гуманитарного и социально-экономического цикла (СГ 04) примернойосновной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 26.02.06Эксплуатациясудовогоэлектрооборудованияи средствавтоматики.

Особоезначениедисциплинаимеетприформированииразвитии П К 2 . 3 , П К 3 . 3 , ОК 4, ОК 8

Цельипланируемыерезультатыосвоениядисциплины:

знанияВрамкахпрограммыучебнойдисциплиныобучающимисяосваиваютсяумения,

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ПК 2.3	Анализировать процесс и результаты деятельности структурного подразделения.	**Умения:** распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
		Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ПК 3.3	Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.	**Умения:** определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять

		результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.
		Знания: номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	**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; 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
		Умения: грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе
		Знания: особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений

		Умения: описывать значимость своей профессии; применять стандарты антикоррупционного поведения
		Знания: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ПК 3.3	Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.	**Умения:** соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.
		Знания: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.
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 профессии
		Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; средства профилактики перенапряжения
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	**Умения:** понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы
		Знания: правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы

		(бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности

2. СТРУКТУРАИСОДЕРЖАНИЕУЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ

Объемучебнойдисциплиныивиды учебнойработы

Видучебнойработы	**Объемвчасах**
Объемобразовательнойпрограммыучебнойдисциплины	132
вт.ч.вформепрактическойподготовки	132

Тематическийплани содержаниеучебнойдисциплины.

Наименованиеразделовитем	**Содержаниеучебногоматериалаиформыорганизациидеятельностиобучающихся**	**Объемвчасах**	**Кодыкомпетенций,формированиюкоторыхспособствуетэлементпрограммы**
	Раздел 1.Легкаяатлетика		
Тема 1.1. Бег накороткиедистанции. ***Прыжок в длину сместа***	***Содержаниеучебногоматериала***	**38**	**ОК 4 ОК8** **ПК 2.3 ПК 3.3**
	1.Техникабеганакороткиедистанции снизкого,среднего ивысокогостарта		
	2.Техникапрыжкавдлину сместа		
	Втомчисле,практических занятий		
	ТехникабезопасностиназанятияЛ/а.Техникабеговыхупражнений.	**2**	
	Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.		
	Совершенствование техники бега на дистанции 30 м		
	Совершенствованиетехникипрыжкавдлинус места, контрольныйнорматив		
Тема 1.2. Бег надлинныедистанции	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техникабегаподистанции		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования	**2**	
	Разучиваниекомплексовспециальныхупражнений	**2**	
	Техникабегаподистанции(беговойцикл)	**2**	
	Техника бега по пересеченной местности (равномерный,	**2**	

	переменный, повторный шаг)		
	Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг)	**2**	
	Техникабегана дистанции3000м, безучетавремени	**2**	
	Техникабеганадистанции 5000м,безучетавремени		

Тема1.3. Бегна средние дистанцииПрыжок в длину сразбега.	***Содержаниеучебногоматериала***		ПК 2.3 ОК 04, ОК 08
	1.Техника беганасредниедистанции		
	2.Техникапрыжкавдлинусразбега		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Совершенствование техники бега на дистанции 500м	2	
	Совершенствование техники бега на дистанции 500м	2	
	ВыполнениеК.Н.:500метров– девушки, 1000метров– юноши	2	
	Совершенствование техники челночного бега 10*10	2	
	Совершенствование техники челночного бега 10*10	2	
	Выполнение контрольного норматива: челночного бега	2	
	Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с места способом «согнув ноги»	2	
	Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с места способом «согнув ноги»	2	
	Техникапрыжка«вшаге» сукороченногоразбега Целостноевыполнениетехникипрыжкавдлину,контрольныйнорматив	2	
Раздел2.Баскетбол		30	**ОК 4 ОК8 ПК 3.3**
Тема 2.1. Техникавыполнения ведениямяча, передачи иброскамячав кольцосместа	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техникавыполнениявединямяча,передачиброскамячасместа		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Овладениетехникойвыполнениявединямяча,передачиброска мячасместа	2	
	Овладениеизакреплениетехникойведенияиперадачимячавбаскетболе	2	
Тема2.2.Техника выполнения ведениями	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техникаведенияиперадачимячавдвиженииброскамячавкольцо-		

передачи мяча вдвижении, ведение –2 шага–бросок	«ведение–2шага–бросок».		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча вкольцос места	2	
	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча вкольцос места	2	
	Совершенствованиетехникиведенияипередачимячавдвижении,выполнения упражнения«ведение-2шага-бросок»	2	
	Совершенствованиетехникиведенияипередачимячавдвижении,выполнения упражнения«ведение-2шага-бросок»	2	
Тема 2.3. Техникавыполнения штрафного броска,ведение, ловля ипередачамячав колоне и кругу,правилабаскетбола	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передачамячавколоне икругу	2	
	2.Техникавыполнения перемещениявзащитнойстойкебаскетболиста	2	
	3.Применениеправилигрывбаскетболвучебнойигре	2	
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передачамячавколоне икругу	2	
	Совершенствованиетехникивыполнениянеремещениявзащитнойстойке Баскетболиста	2	

Тема2.4.Совершенствованиетехники владениябаскетбольныммячом	***Содержаниеучебногоматериала***		ПК 2.3 ОК0 4
	1. Техникавладениябаскетбольныммячом		
	Втомчисле,практическихзанятий	2	
	Выполнениеконтрольныхнормативов:«ведение–2шага–бросок»,бросокмяча сместаподкольцо Совершенствоватьтехническиеэлементыбаскетбола вучебнойигре	2 2	
	Выполнениеконтрольныхнормативов:«ведение–2шага–бросок»,бросокмяча сместаподкольцо Совершенствоватьтехническиеэлементыбаскетбола вучебнойигре	2	
Раздел 3. Волейбол	***Содержаниеучебногоматериала***	1	

		8	
Тема 3.1. Техникаперемещений, стоек, технике верхней инижнейпередач двумя руками	1.Техникаперемещений,стоек,технике верхнейинижнейпередачдвумяруками		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Отработкадействий:стойкивволейболе,перемещенияпоплощадке:	2	
	Подачамяча:нижняяпрямая,нижняябоковая,верхняяпрямая,верхняябоковая.Приеммяча.	2	
	Передачамяча.Нападающиеудары.Блокированиенападающегоудара.Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и послеперемещения	2	
	Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении,индивидуальныедействияигроковсмячом,безмяча,групповыеикомандныедействия игроков,взаимодействиеигроков	2	
Тема3.2.Техниканижней подачи иприёмапосленеё	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техниканижнейподачиприёмапосленеё		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Отработкатехникинижнейподачиприёмапосленеё	2	
Тема3.3. Техникапрямогонападающегоудара	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техникапрямогонападающего удара		
	Втомчисле,практическихзанятий	2	
	Отработкатехникипрямогонападающегоудара		
Тема 3.4. Совершенствование техники владенияволейбольныммячом	***Содержаниеучебногоматериала***		
	1.Техникапрямогонападающего удара		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приёмконтрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке	2	
	Учебнаяиграс применениемизученных положений. Отработкатехникивладениятехническимиэлементамивволейболе	2	

Раздел4.Общепрофессиональная физическаяподготовка			
Тема4.1Общепрофессиональная физическаяподготовка	***Содержаниеучебногоматериала***	16	**ОК4 ОК8**
	1. Развитиесилы.Соревнованиявнутригруппы		

	2. Развитиесиловойвыносливости.Соревнованиявнутригруппы		**ПК 2.3 ПК 3.3**
	3. Развитиегибкостииловкости.Соревнованиявнутригруппы		
	4. Упражнениядлякоррекциифигуры.Развитиефизическихкачеств		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Выполнение упражнений для развития различных групп мышцКруговаятренировкана 5-6 станций Упражнениядляограниченного,замкнутогопространства,сиспользованиемподручныхсредств (имитацияусловийкорабля)	2 2	
	Выполнение упражнений для развития различных групп мышцКруговаятренировкана 5-6 станций Упражнениядляограниченного,замкнутогопространства,сиспользованиемподручныхсредств (имитацияусловийкорабля)	2 2	
	Развитиесилы.Соревнованиявнутригруппы Развитиесиловойвыносливости.Соревнованиявнутригруппы	2	
	Развитиесилы.Соревнованиявнутригруппы Развитиесиловойвыносливости.Соревнованиявнутригруппы	2	
	Развитие гибкости и ловкости. Соревнования внутри группыУпражнениядлякоррекциифигуры.Развитиефизическихкачеств	2	
	Развитие гибкости и ловкости. Соревнования внутри группыУпражнениядлякоррекциифигуры.Развитиефизическихкачеств	2	
Раздел5.Конькобежнаяподготовка			
Тема 5.1. **конькобежная подготовка**	***Содержаниеучебногоматериала***	18	**ОК4 ОК8 ПК 3.3**
	1. Конькобежнаяподготовка(обучением катаниюна коньках)).		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Катаниенаконьках. Посадка. Техника падений	2	
	Техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту.Разгон,торможение.	2	
	Техника передвижения спиной вперед. Техника итактикабегаподистанции	2	
	Техника передвижения спиной вперед. Техника итактикабегаподистанции	2	
	Бег на дистанциидо3000метров. Подвижныеигрынаконьках.	2	
	Бег на дистанциидо3000метров. Подвижныеигрынаконьках.	2	
	Кроссоваяподготовка. Бегпостадиону.Бегпопересечённойместностидо5км.	2	
	Кроссоваяподготовка.	2	

	Бегпостадиону.Бегпопересечённойместностидо5км.		
	Бег на дистанциидо100метров. Подвижныеигрынаконьках Бег на дистанциидо400метров. Подвижныеигрынаконьках	2	
Раздел6.Плавание			**ОК4 ОК8 ПК 2.3 ПК 3.3**
Тема6.1. Сухое плавание	***Содержаниеучебногоматериала***	**6**	
	1. Мерыбезопасностипризанятияхнаводе. 2. Ознакомлениестехникойплаванияразнымиспособами.		
	3.Ознакомлениестехникойспасенияутопающих. 4.Прикладноезначениеплаваниядляречников.		
	Втомчисле,практическихзанятий		
	Специальныеподготовительные иподводящиеупражнения насуше	2	
	Координация работы рук и ног. Дыхание	2	
	Обучениетехникеспасенияутопающих. Прикладноезначениеплаваниядляречников.	2	
Раздел 7. Настольный теннис		**6**	
Тема 7.1 ***Настольный теннис***	***Содержаниеучебногоматериала***		
	Практическое занятие. Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче.	**2**	ОК 4, ОК 8 ПК 2.3
	Игра	**2**	
	Самостоятельная работа обучающихся	**2**	
Всего		**132**	

Тематический планисодержаниеучебнойдисциплины

3. УСЛОВИЯРЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫУЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Дляреализации программыучебной дисциплины должныбытьпредусмотреныследующиеспециальные помещения:

Спортивный комплекс
«Спортивный зал»,
оснащённый оборудованием: оборудование должно обеспечивать проведение всехвидов учебныхзанятий, необходимых дляреализациипрограммы,
техническими средствами обучения: технические средства обучения должны обеспечивать проведение всех видов учебных занятий, необходимых для реализации программы.
Лаборатория–примернойосновнойобразовательнойпрограммойнепредусмотрено.

Информационноеобеспечение реализации программы

Дляреализациипрограммыбиблиотечныйфондобразовательнойорганизации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы,рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одногоиздания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качествеосновного, при этомсписок, можетбытьдополненновыми изданиями.

Обязательныепечатныеиздания

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

5 2. Яковлева В.Н. . Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: одвижные и спортивные игры.Учебное пособие для СПО, 3-ье изд., стер 2026г.

6 3. Бардамов Г.Б., Шаргаев А.Г., Бадлуева С.В.Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО. Учебное пособие для СПО.2026г.

7 4. Овчинников.В.П.,Фокин А.М. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры.Учебное пособие для СПО, 2-ье изд., стер 2025г.

8 5. Овчинников.В.П.,Фокин А.М. и др. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол. Учебное пособие для СПО.2026г.

Электронныеиздания

9 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

10 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

.

Дополнительныеисточники*(принеобходимости)*

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. Фадина, 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

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯУЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	*Критерии оценки*	*Методы оценки*
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Знать*:* роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физическогоздоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной профессии; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
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.	использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.