

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ананко Надежда Юрьевна

Должность: заведующий отделением среднего профессионального образования

Дата подписания: 24.06.2026 11:55:25

Уникальный программный ключ:

39cc45a215917f8f60997273814602460a18

Министерство культуры Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»

Факультет среднего профессионального и предпрофессионального
образования
Отделение среднего профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий отделением СПО

Светлана Юрьевна Ананко
Н.Ю. Ананко
«24» *июня* 2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение

Вид: Сольное народное пение

Профиль подготовки – гуманитарный

Квалификации выпускника – артист-вокалист, преподаватель, руководитель
народного коллектива

Форма обучения – очная

Краснодар, 2026

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура, которая является частью Общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы по специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, вид – Сольное народное пение.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, вид – сольное народное пение, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г., приказ № 1388 (ред. от 03.07.2024 г.).

Рецензенты:

Преподаватель физической культуры,
старший преподаватель кафедры
педагогике, русского языка и гуманитарных
дисциплин КГИК

Коротько С.В.

Преподаватель физической культуры
высшей категории ГБПОУ КК
«Краснодарский архитектурно-
строительный техникум»

Коробейникова И.Н.

Составитель:

Шутько Александр Павлович, преподаватель отделения СПО

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена на заседании отделения СПО 28 мая 2026 г. (протокол № 05), одобрена и рекомендована к использованию в учебном процессе Учебно-методическим советом Краснодарского государственного института культуры 29 мая 2026 г. (протокол № 10).

© Шутько А.П., 2026
© КГИК, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины «ОГСЭ.05 Физическая культура».....	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины.....	5
3. Условия реализации программы учебной дисциплины.....	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	17

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОГСЭ.05 Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, вид – Сольное народное пение.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04; ОК 08, ПК.2.2, ПК.3.1.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 04	-организовывать работу коллектива и команды	-психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности основы проектной деятельности
ОК 08	<u>Уметь:</u> -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	<u>Знать:</u> -роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -основы здорового образа жизни; -условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; -правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности
ПК.2.2		-особенности организации педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов; -требования к личности педагога
ПК.3.1	-пользоваться специальной литературой	

1.3 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 206 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	206
в т.ч. в форме практической подготовки	200
в том числе:	
теоретические занятия	6
практические занятия	200
Промежуточная аттестация: <i>зачет в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах, зачет с оценкой в 8 семестре</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной 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, формированию которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
<i>3 семестр: 32 часа (6 лекц.+26 пр.)</i>			
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ		6/0	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»		
	В том числе практических занятий		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 1.2.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля		
	В том числе практических занятий		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика		30/30	

Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала	6	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Содержание учебного материала:	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет			
<i>4 семестр: 44 часа (44 пр.)</i>			
Тема 2.5. Выполнение	Содержание учебного материала	4	
	В том числе практических занятий	4	

контрольных нормативов в беге и прыжках	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		ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 3. Волейбол		72/72	
Тема 3.1.	Содержание учебного материала	6	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие. Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 3.2.	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Выполнение комплекса упражнений по ОФП		
Тема 3.3.	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 3.4.	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08
Верхняя прямая подача. ОФП	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 3.5.	Содержание учебного материала	10	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Тактика игры в защите и нападении	В том числе практических занятий	10	
	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении,		

	выполнение приёмов передачи мяча		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет			
5 семестр: 32 часа (32 пр.)			
Тема 3.5. (продолжение) Тактика игры в защите и нападении	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча	10	
Тема 3.6. Основы методики судейства	Содержание учебного материала	6	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие. Отработка навыков судейства в волейболе		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Содержание учебного материала	16	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	16	
	Практическое занятие. Выполнение передачи мяча в парах	4	
	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам волейбола	6	
	Практическое занятие. Игра по правилам	6	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет			
6 семестр: 42 часа (42 пр.)			
Раздел 4. Баскетбол		30/30	
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног		
	Самостоятельная работа обучающихся		

Тема 4.2. Передачи мяча. ОФП	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 4.3. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Игра по упрощенным правилам баскетбола	4	
	Практическое занятие. Игра по правилам	4	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 4.6. Практика судейства в	Содержание учебного материала	8	
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Практика в судействе соревнований по баскетболу	4	

баскетболе	Практическое занятие. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 5. Гимнастика		20/20	
Тема 5.1.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Строевые приемы	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 5.2.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Техника акробатических упражнений	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Отработка техники акробатических упражнений		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 5.3. (одна из двух тем)	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08
Упражнения на брусьях (юноши). Гиревой спорт	Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные упражнения, соскоки. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера, комплексы упражнений с гантелями, гириями. Разучивание и выполнение связок на снаряде. ППФП		
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Разучивание и выполнение упражнений с гириями		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет			
<i>7 семестр: 28 часов (28 пр.)</i>			
Тема 5.4.	Содержание учебного материала	8	

Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих упражнений; основные положения рук, ног, проведение с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ		ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Выполнение комплекса ОРУ Контроль выполнения комплексов ОРУ.	2	
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки.	2	
	Практическое занятие. Контроль комбинации на бревне, брусьях.	2	
	Практическое занятие. Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ПШФП	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 6. Бадминтон		16/16	
Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 6.2. Подачи	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие. Отработка подач		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 6.3. Нападающий удар	Содержание учебного материала:	4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 6.4.	Содержание учебного материала	8	

Судейство соревнований по бадминтону	В том числе практических занятий	8	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону	2	
	Практическое занятие. Контроль техники подач, ударов справа, слева	2	
	Практическое занятие. Контроль техники игры: одиночные, парные игры	2	
	Практическое занятие. Игра по правилам	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 7. Настольный теннис		4/4	ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Тема 7.1.	Содержание учебного материала	4	
Настольный теннис	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие. Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет			
8 семестр: 28 часов (28 пр.)			
Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
Тема.8.1.	Содержание учебного материала	26/26	
Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП обучающихся с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Задания с профессиональной направленностью для 1-4 групп труда. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых		

физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП.		ОК 04 ОК 08 ПК 2.2, ПК.3.1
В том числе практических занятий	26	
Практическое занятие. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда. Формирование профессионально значимых физических качеств	8	
Практическое занятие. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально- прикладной физической культуры в режиме дня специалиста	6	
Практическое занятие. Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов	6	
Практическое занятие. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп	6	
Самостоятельная работа обучающихся		
Промежуточная аттестация: зачет с оценкой	2/2	
Всего:	206/200	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал, оснащенный оборудованными раздевалками; рабочее место преподавателя; комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки);

- *спортивное оборудование:* гимнастическое оборудование; легкоатлетический инвентарь; оборудование и инвентарь для спортивных игр; лыжный инвентарь.

- *технические средства обучения:*

компьютер с лицензионным программным обеспечением;

многофункциональный принтер;

музыкальный центр.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники:

1. Общая физическая подготовка : оздоровительные упражнения в системе занятий физической культурой студентов СПО : методическое пособие / сост. К. Э. Гопп, Е. В. Чубарова, Н. Ю. Семенова, М. Д. Чхеидзе [и др.]. – Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. – 28 с. : ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618231> (дата обращения: 20.03.2026). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

2. Бишаева, А. А. Физическая культура : учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования [СПО] / А. А. Бишаева. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2017. – 314 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-4468-5994-8. – Текст : непосредственный.

Дополнительные источники:

1. Шамрай, С. Д. Физическая культура : учебное пособие / С. Д. Шамрай, И. В. Кивихарью ; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657> (дата обращения: 20.03.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст : электронный.

2. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента : учебное пособие [для СПО] / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – 2-е изд., перераб. – Москва : Альфа-М : Инфра-М, 2018. – 336 с. – Текст : непосредственный.

3. Шеенко, Е. И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие / Е. И. Шеенко, Б. Г. Толистинов, И. А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 80 с. : ил., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370> (дата обращения: 20.03.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст : электронный.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p>Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности; психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности основы проектной деятельности; пользоваться специальной литературой, делать педагогический анализ используемых произведений; - общаться и работать с людьми разного возраста; - организовывать взаимодействие с родителями обучающихся; - правильно разрешать конфликтные ситуации и способствовать их предотвращению;</p> <p><i>Формируемые в рамках ПК:</i></p>	<p>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</p>	<p>Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта</p>

<p>-особенности организации педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов; -требования к личности педагога</p>		
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p><u>Уметь:</u> 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; организовывать работу коллектива и команды; роль роль семьи и социума в формировании и развитии личности ребенка; <i>Формируемые в рамках ПК:</i> - пользоваться специальной литературой</p>	<p>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.</p>	<p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.</p>