

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Симферопольский колледж сферы обслуживания и дизайна»

РАССМОТРЕНО

на заседании цикловой комиссии по профессии «Продавец, контролер-кассир»

Протокол №1 от «29» августа 2022 г.

Председатель Евг Т.Г. Егорова

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УПР ГБПОУ РК «Симферопольский колледж сферы обслуживания и дизайна»

Р.И. Чуприна
«29» августа 2022 г.

**Календарно-тематический план
на 2025/2026 учебный год
по учебной дисциплине
ФК. 00 Физическая культура**

составлен на основании рабочей программы учебной дисциплины, утвержденной директором ГБПОУ РК «Симферопольский колледж сферы обслуживания и дизайна»

Профессия: 38.01.02 Продавец, контролёр-кассир

Группа: 831,832

Курс	№ семестра	Максимальная учебная нагрузка в часах	Объем времени, отведенный на освоение учебной дисциплины			Кол-во контрольных работ	Форма контроля (за семестр)
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка в часах		Самостоятельная работа обучающегося в часах		
			Все го, часов	в т.ч. прак. занятия, часов			
1	1	-	-	-	-	-	-
	2	-	-	-	-	-	-
2	3	-	-	-	-	-	-
	4	-	-	-	-	-	-
3	5	24	12	12	12	2	Зачет
	6	56	28	28	28	2	ДЗ
Всего		80	40	40	40	4	

Преподаватель _____

Т.Н. Короткая

Содержание календарно-тематического плана

№ п/п раз дела	Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) или тем/темы учебной дисциплины	Объем времени на освоение учебной дисциплины			№ занятия	Наименование темы занятия	Кол-во час. на занятие	Дата проведения занятия	
		Обязательная аудиторная нагрузка		План				Факт.	
		Всего часов	в т. ч. лаборат работа, практ. занятие, час.						
5 семестр									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке обучающихся и социокультурное развитие личности обучающихся	4	4		1	ТБ на занятиях легкой атлетикой. Основные составляющие физической культуры. Социальные функции физической культуры.	1		
					2	Биомеханические основы техники бега. Бег с изменением направления. Челночный бег.	1		
					3	Биомеханические основы прыжков. Полет и приземление. Прыжок в длину с места (норматив).	1		
					4	ОРУ в движении, с мячом.	1		
	Тема 1.2. Социальнобиологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	8	8		5	Двигательная активность и ее влияние на устойчивость и адаптационные возможности человека к умственным и физическим нагрузкам при различных	1		

Тема 1.3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности

		6 семестр					
10	10	13	ТБ на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Игры с элементами баскетбола. Учебная игра.	1			
		14	Игры на развитие выносливости, точности, ловкости.	1			
		15	Эстафеты на развитие координации движений, ловкости.	1			
		16	Волейбол. Учебная игра. Здоровый образ жизни и его составляющие.	1			
		17	Тактика игры в волейболе (подача в зону, нападающий удар, блокирование).	1			
		18	Совершенствование тактики игры в защите и нападении в волейболе. Судейство Учебная игра с заданиями.	1			
		19	Баскетбол. Ведение мяча зигзагами. Ведения мяча с обводкой стоек и завершающим броском по кольцу.	1			
		20	Учебная игра в баскетбол.	1			

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. А.А. Бишаева Физическая культура. Учебник. Профессиональное образование. М., 2017. Издательский центр «Академия».
2. В.И. Лях Физическая культура. Учебник для учащихся 10-11 кл. общеобразовательных учреждений- М.:2014-237с.

Интернет ресурсы:

Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики
<http://sport.minstm.gov.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимся индивидуальных заданий.

Результаты обучения(освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания :	
о роли физической культуры в общекультурном профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	- практические задания по работе с информацией; - домашние задания проблемного характера; - ведение календаря самонаблюдения; - оценка подготовленных обучающимися фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.
Умения:	
выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), согласно своей возрастной категории	- практические задания по работе с информацией; - домашние задания проблемного характера; - ведение календаря самонаблюдения; - оценка подготовленных обучающимися фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха. Оценка выполнения практических занятий в соответствии с контрольными нормативами. Оценка выполнения самостоятельных работ Анализ выполнения индивидуальных заданий.