

Министерство образования, науки и молодежной политики  
Краснодарского края  
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Краснодарского края  
«Кропоткинский техникум технологий и железнодорожного транспорта»

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 Физическая культура

по профессии СПО

23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава

Срок обучения 2 года 10 месяцев  
на базе основного общего образования

Форма обучения: очная

2023 г.

РАССМОТРЕНО  
методической комиссией  
безопасности жизнедеятельности и  
физической культуры  
протокол №1 «\_\_\_\_\_» августа 2023 г.  
Председатель \_\_\_\_\_ Шаталина Е.К.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ «КТТ и ЖТ»  
«\_\_\_\_\_» августа 2023 г.  
\_\_\_\_\_ В.А. Шахбазян

Рассмотрен  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от «\_\_\_\_\_» августа 2023г.

Рабочая программа учебной дисциплины ФК.00 Физическая культура для профессии 23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190623.03 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 696 от 2 августа 2013 года, зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 29751 от 20 августа 2013г.), с изменениями приказ МОН РФ от 09 апреля 2015г № 389, (зарег. в минобразе России 8 мая 2015г №37216), укрупненной группы профессий 23.00.00 Техника и технологии наземного транспорта.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Краснодарского края «Кропоткинский техникум технологий и железнодорожного транспорта».

Разработчики: Бороздин Николай Александрович, Шаталина Екатерина Карапетовна, преподаватели ГБПОУ «КТТ и ЖТ».

Рецензенты:

\_\_\_\_\_  
подпись

Зверюков В.В.  
Преподаватель физической культуры  
ГБПОУ «Кропоткинский медицинский  
колледж»  
Преподаватель по физической культуре по виду  
спорта  
Квалификация по диплому  
Сова Е.Е.

\_\_\_\_\_  
подпись

Преподаватель физической культуры  
ГБПОУ «Кропоткинский медицинский колледж»  
Преподаватель по физической культуре  
и спорту  
Квалификация по диплому

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	3
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	11
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	12

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00Физическая культура

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО 08.01.07 Мастер общестроительных работ.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в обще-профессиональный цикл.

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

- осознавать себя гражданином и защитником великой страны.

- соблюдать и пропагандировать правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждать либо преодолевать зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохранять психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

- уважительно относиться к результатам собственного и чужого труда.

- осознавать ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде и т.д.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 80 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 40 часов;

самостоятельной работы обучающегося 40 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>80</b>
<b>Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)</b>	<b>40</b>
в том числе:	
практические занятия	40
<b>Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа (всего)</b>	<b>40</b>
в том числе:	
- в форме занятий в секциях по видам спорта, группах общей физической подготовки. Подготовка рефератов по темам: – режим труда и отдыха; – вода и ее значение для организма; – несовместимость занятий физической культурой и с портом с вредными привычками; – влияние вредных привычек на профессиональную пригодность, на физическое развитие, работоспособность человека, возникновение заболевания органов дыхания, кровообращения, эндокринной системы и новообразований; – физиологические механизмы использования средств физической культуры и спорта для активного отдыха и восстановления работоспособности, снижения негативного воздействия вредных привычек; – роль семьи в формировании здорового образа жизни; – массовый спорт и спорт высших достижений, их целей и задачи; – олимпийские, не олимпийские и национальные виды спорта.	40
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	<b>1</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ФК.00ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков</b>		<b>14/14</b>	
<b>Тема 1.1. Физическое состояние человека и контроль за его уровнем</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/4</b>	
	<b>Практические занятия</b>		
	1. <b>Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях физической культурой и спортом.</b> Разучивание приёмов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений. Разучивание приемов самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.	1	
	2. <b>Измерение параметров физического развития студентов:</b> роста, массы тела, окружности грудной клетки (в покое, на вдохе, на выдохе), силы правой и левой кистей, жизненной ёмкости лёгких.	1	
	3. <b>Определение параметров функционального состояния организма студентов:</b> артериального давления; задержки дыхания (на выдохе, на вдохе), частоты сердечных сокращений (в покое сидя, в покое стоя, после нагрузки, после восстановления).	1	
4. <b>Определение уровня физической подготовленности студентов:</b> бег на 60м; для девушек бег на 500 м, отжимание в упоре лёжа на полу; для юношей бег на 1000 м, подтягивание на перекладине; наклоны туловища вперёд; прыжок в длину с места, прыжки через скакалку за 1 мин.	1		

	Контроль за уровнем физического состояния проводится ежегодно с занесением данных в дневник индивидуальной физкультурно-спортивной деятельности студента.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	
	Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП.		
<b>Тема 1.2. Основы физической подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/10</b>	
	<b>Практические занятия</b>		
	5. <b>Методика составления индивидуальных программ с оздоровительной направленностью.</b>	1	
	6. <b>Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики.</b>	1	
	7. <b>Разучивание и совершенствование выполнения упражнений, направленных на развитие специальных физических качеств.</b>	1	
	8. <b>Методика составления индивидуальных программ с тренировочной направленностью.</b>	1	
	9. <b>Разучивание и совершенствование техники и темпа оздоровительных ходьбы и бега.</b>	1	
	10. <b>Методика определения профессионально значимых физических, психических и специальных качеств на основе профессиограммы будущего специалиста.</b> Разучивание и совершенствование выполнения упражнений, направленных на развитие профессионально значимых физических качеств, прикладных двигательных умений и навыков.	1	
	11. <b>Методика закаливания для профилактики простуды и гриппа.</b> Выполнение закаливающих упражнений повышающих защитные силы организма (ходьба и бег на открытом воздухе в прохладную погоду, и др).	1	
	12. <b>Методика составления распорядка дня с учётом рекомендуемой нормы недельного объёма двигательной активности студента (не</b>	1	

		менее десяти часов). Разучивание и совершенствование выполнения упражнений для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня (физкультурные минуты, физкультурные паузы, подвижные перемены и т.п.).		
	13.	<b>Занятия на тренажёрах с целью совершенствования общей физической подготовки.</b>	1	
	14.	<b>Разучивание и совершенствование специальных психорегулирующих комплексов физических упражнений.</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>10</b>	
	Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП.			
<b>Раздел 2. Формирование навыков здорового образа жизни средствами культуры</b>			<b>26/26</b>	
<b>Тема 2.1. Социально- биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8/8</b>	
	<b>Практические занятия</b>			
	15.	<b>Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.</b>	1	
	16.	<b>Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.</b>	1	
	17.	<b>Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений для укрепления основных групп мышц.</b>	1	
	18.	<b>Методические рекомендации для овладения расслаблением во время выполнения физических упражнений.</b>	1	
	19.	<b>Разучивание и совершенствование выполнения комплекса физических упражнений, применяемых для развития</b>	1	

		<b>способности к произвольному расслаблению мышц.</b>		
	20.	<b>Разучивание и совершенствование выполнения комплексов упражнений для стимуляции зрительного анализатора.</b>	1	
	21.	<b>Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений для укрепления сердечно-сосудистой системы.</b>	1	
	22.	<b>Разучивание выполнения комплекса упражнений с применением отягощений (предельного, непредельного веса, динамического характера).</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>8</b>	
	Подготовка рефератов по темам: - режим труда и отдыха; - вода и её значение для организма. - несовместимость занятий физической культурой и спортом с вредными привычками; - влияние вредных привычек на профессиональную пригодность, на физическое развитие, работоспособность человека, возникновение заболеваний органов дыхания, кровообращения, эндокринной системы и новообразований.			
<b>Тема 2.2. Развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>18/18</b>	
	<b>Практические занятия</b>			
	23.	<b>Развитие силы мышц.</b> Совершенствование выполнения комплекса упражнений с применением отягощений (предельного, непредельного веса, динамического характера). Упражнения с преодолением веса собственного тела: гимнастические упражнения (отжимание в упоре лёжа, отжимание на брусьях, подтягивание ног к перекладине, подтягивание в висе, сгибание и разгибание рук в упоре и т.п). Легкоатлетические прыжковые упражнения с дополнительным отягощением (напрыгивание и спрыгивание, прыжки через скакалку, многоскоки, прыжки через препятствия). Упражнение с внешним сопротивлением: с отягощениями (гантелями, набивными мячами,	1	

	штангой), с сопротивлением партнёра, с сопротивлением внешней среды (бег в гору, бег по песку или снегу). Передвижение в висячем положении в упоре на руках. Лазанье (по канату, по гимнастической стенке с отягощением). Выполнение упражнений на развитие силы основных мышечных групп на силовых тренажёрах.		
24.	<b>Подвижные игры с силовой направленностью.</b> Проведение студентами фрагментов занятия с использованием самостоятельно подготовленных комплексов упражнений по развитию силы мышц.	1	
25.	<b>Развитие быстроты.</b> Бег на месте в максимальном темпе (в упоре о гимнастическую стенку и без упора). Челночный бег 10х10. Бег по разметкам с максимальным темпом. Бег с низкого и среднего старта, стартовый разгон с увеличением расстояния бега. Бег с ускорением на отрезках до 50 м. Повторный бег на отрезках от 40 до 50 м максимальной интенсивности. Эстафетный бег. Бег с низкого старта с использованием различных вариантов стартового положения (с поворотом на 90 <sup>0</sup> и 180 <sup>0</sup> и др). Ловля теннисного мяча после отскока от пола, стены (правой и левой рукой). Прыжки в длину с места, через скакалку на месте и в движении с максимальной частотой прыжков. Преодоление полосы препятствий, включающей в себя: прыжки на разную высоту и длину, по разметкам; бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов (легкоатлетических стоек, мячей, лежащих на полу или подвешенных на высоте).	1	
26.	<b>Подвижные игры со скоростной направленностью.</b> Совершенствование легкоатлетической подготовки. Соревнования.	1	
27.	<b>Развитие выносливости.</b> Бег различной интенсивности с постепенным увеличением его продолжительности до 30-40 мин. Бег от 1000 до 5000 м (повторный и интервальный). Специальные беговые упражнения. Бег и быстрая ходьба по пересеченной местности. Чередование ходьбы, бега и прыжков. Кроссовая	1	

	подготовка. Соревнования.		
28.	<b>Круговая тренировка;</b> многократное выполнение упражнений циклического характера; комбинаций упражнений ритмической гимнастики. Аэробной и смешанный режимы нагрузки. Спортивные и подвижные игры.	1	
29.	<b>Развитие координации движений.</b> Выполнение гимнастических упражнений с листа. Зеркальное выполнение упражнений. Прыжки с вращением. Развитие координации движений с использованием танцевальных шагов: галоп, полька, вальс (передвижение вперед, назад, в сторону, с поворотами и т.п.). Упражнения на координацию (поочередные движения руками, на координацию рук и ног в ходьбе, прыжках и т.п.). Акробатическая подготовка: обучение группировки, перекатам в группировке; кувырок вперед, назад, в сторону, кувырок вперед на одну ногу; мост из положения лежа, с помощью партнера; стойка на лопатках; на руках у опоры, или с помощью партнера. Жонглирование большими (волейбольными) и малыми (теннисными) мячами. Передвижения по возвышенной и наклонной, ограниченной по ширине опоре (без предмета и с предметом на голове).	1	
30.	<b>Упражнения в статическом равновесии.</b> Упражнения в воспроизведении пространственной точности движений руками, ногами, туловищем. Проведение студентами фрагментов занятия с использованием самостоятельно подготовленных комплексов упражнений по развитию координации движений.	1	
31.	<b>Баскетбол. Совершенствование технической подготовки:</b> техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину), техники защиты (техника передвижения,	1	

	техника овладения мячом) и тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые, командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые, командные действия).		
32.	<b>Приемы игры в нападении и защите. Правила игры и судейства.</b>	1	
33.	<b>Выполнение основных технических и тактических приемов игры:</b> ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча с места и в движении, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	1	
34.	<b>Волейбол. Совершенствование технической подготовки:</b> техники нападения (действия без мяча, действия с мячом), техники защиты (действия без мяча, действия с мячом, блокирование) и тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия).	1	
35.	<b>Интегральная подготовка. Приемы игры в нападении и защите. Правила игры и судейства.</b>	1	
36.	<b>Выполнение основных технических и тактических приемов игры:</b> передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования.	1	
37.	<b>Футбол (Футзал) или игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров). Совершенствование технической подготовки:</b> техники ударов по мячу, остановки мяча, ведение мяча, отбора и перехвата мяча, вбрасывание мяча, отработка техники ложных движений (финтов), техники защиты, техники игры вратаря и	1	

	технической подготовки: тактики игры в нападении, тактики игры в защите, тактики игры вратаря, различных тактических действий.		
38.	<b>Приемы игры в нападении и защите. Правила игры и судейства.</b>	1	
39.	<b>Выполнение основных технических и тактических приемов игры:</b> удар по воротам на точность, жонглирование мячом, остановка мяча ногой, ведение мяча, обводка и удар по воротам. Контрольные игры и соревнования.	1	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>18</b>	
Подготовка рефератов по темам: - физиологические механизмы использования средств физической культуры и спорта для активного отдыха и восстановления работоспособности, снижения негативного воздействия вредных привычек; - роль семьи в формировании здорового образа жизни; - массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. - олимпийские, неолимпийские и национальные виды спорта.			
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	
	<b>Всего</b>	<b>80</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 – ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.);

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Реализация программы предполагает наличие спортивного и тренажерного залов.

##### **Спортивный комплекс:**

- спортивный зал;

##### **Залы:**

- библиотека.

- актовый зал.

В зависимости от возможностей, которая располагает образовательная организация, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

- тренажерный зал;

- учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;

- помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуются учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть основаны соответствующим оборудованием и в инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательной организации должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимо для ее реализации.

#### **Перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря**

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, гимнастический козел.); тренажеры для занятий атлетической гимнастики, маты гимнастические, канат, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, скакалки, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры.

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи мини-футбола и др.

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, турник уличный, рукоход, ворота футбольные, сетки для футбольных работ, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты Ф-1, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, рулетка металлическая, секундомеры.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть должен или изменен.

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов управлений:

- персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска;
- система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор);
- экран; видеопрезентер; документ камера, видеомаягнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Решетников Н.В. Физическая культура: учебник. 14-е изд., испр. Решетников Н.В. – М: ИЦ Академия, 2017. - 152с.

Дополнительные источники:

1. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие/ В.А. Кабачков, С.А. Полневский, А.Э. Буров. - М.: Советский спорт, 2010. - 296с.

2. Сайганова Е.Г. Физическая культура Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А.Дудов. - М: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.

3. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М: Изд-во РАГС, 2010. – 464 с.

4. Лях В.И. Физическая культура (базовый уровень) АО

"Издательство"Просвещение" 2022

5. Лях В.И. Физическая культура АО "Издательство"Просвещение" 2022

6. Физическая культура. 10-11 кл. Лях В.И.Просвещение 2020

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: <http://minstm.gov.ru>

2. Федеральный портал «Российское образование»:Web: <http://www.edu.ru>

3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://infosport.ru/kml/default.xml>

4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

5. Сайт Учебно-методического пособия «общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Основные показатели оценки результата
<b>Умения:</b>	
Находить и использовать экономическую информацию в целях обеспечения собственной конкурентоспособности на рынке труда	Рассчитывает заработную плату на рабочем месте сварщика с учетом квалификационного уровня работника, коэффициента трудового участия, фактически отработанного времени. Рассчитывать, себестоимость работ с учетом стоимости материалов, ресурсов, работ, амортизации оборудования. Рассчитывать возможности ресурсосбережения на рабочем месте.
<b>Знания:</b>	
Общие принципы организации производственного и технологического процесса;	Демонстрирует знания об общих принципах организации производственного и технологического процесса.
Механизмы ценообразования на продукцию, формы оплаты труда в современных условиях;	Использует механизмы ценообразования на продукцию при расчете стоимости выполняемых работ.
Цели и задачи структурного подразделения, структуру организации, основы экономических знаний, необходимых в отрасли.	Использовать принципы энергосбережения при организации технологического процесса.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения учебной дисциплины должны позволять, проверять у обучающихся не только сформированность усвоенных знаний, усвоенных умений, но и развитие общих компетенций.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля оценки
Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Демонстрация интереса к будущей профессии в процессе освоения образовательной программы, участие в НОУ, олимпиадах профессионального мастерства, фестивалях, конференциях.	- презентация портфолио.
Организовывать собственную деятельность исходя из целей и способов ее достижения.	Выбор и применение методов и способов решения поставленных задач. Оценка эффективности и качества выполнения.	- тестирование; - экспертное наблюдение и оценка на практических и лабораторных занятиях, при выполнении работ на учебной и производственной практике

<p>Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, ответственность за результаты своей работы.</p>	<p>Организация самостоятельных занятий при изучении данной дисциплины.</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях, при выполнении работ учебной и производственной практик. Мониторинг развития личностно-профессиональных качеств обучающегося.</p>
<p>Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p>	<p>Эффективный поиск необходимой информации по данной дисциплине. Использование различных источников, включая электронные.</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях, при выполнении работ учебной и производственной практик.</p>
<p>Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p>	<p>Применение информационно-коммуникационных технологий при организации самостоятельной работы по данной дисциплине.</p>	<p>Оценка выполнения презентаций, докладов, сообщений.</p>
<p>Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p>	<p>Взаимодействие обучающихся с мастерами, преподавателями в ходе обучения.</p>	<p>Наблюдение за ролью обучающегося в коллективе, в общении с руководством и с клиентами.</p>
<p>Исполнять воинскую обязанность, в т.ч. с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).</p>	<p>Демонстрация профессиональных знаний и умений необходимых для исполнения воинской обязанности.</p>	<p>Наблюдение за участием в военных сборах.</p>

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по дисциплине ФК.00 Физическая культура по профессии среднего профессионального образования 23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава разработанную преподавателями ГБПОУ «Кропоткинский техникум технологий и железнодорожного транспорта» Бороздин Н.А. Шаталиной Е.К..

Рабочая программа учебной дисциплины ФК.00 Физическая культура для профессии 23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190623.03 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 696 от 2 августа 2013 года, зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 29751от 20 августа 2013г.), с изменениями приказ МОН РФ от 09 апреля 2015г № 389, (зарег. в минюсте России 8 мая 2015г №37216), укрупненной группы профессий 23.00.00 Техника и технологии наземного транспорта.

В результате изучения программного материала обучающиеся овладеют знаниями и умениями по вопросам: использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни.

Оценка структуры рабочей программы (характеристика разделов):

Структура программы соответствует наличию обязательных компонентов и включает в себя: паспорт рабочей программы, результаты освоения; структуру и содержание, условия реализации; контроль и оценку результатов освоения дисциплины. Деление на разделы соответствуют знаниям и умениям. В программе учтена специфика учебного заведения, которая отражена в содержании профессиональной дисциплины.

Оценка соответствия тематики практических занятий, требованиям подготовки выпускника по профессии и содержанию рабочей программы:

В программе уделено особое внимание использованию в организации учебного процесса разнообразных форм практических занятий, самостоятельной работы обучающихся и соответствует профессиональным требованиям предъявляемым к обучению.

Язык и стиль изложения, терминология соответствует ведущим требованиям программы учебной дисциплины и ее уровню усвоения.

Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки, техники и производства рабочая программа соответствует современным требованиям.

Рекомендации, замечания не имеет.

### **Заключение:**

Рабочая программа по дисциплине ФК.00 Физическая культура может быть использована для обеспечения программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава.

Рецензент

\_\_\_\_\_  
Подпись

МП

Зверюков В.В.  
Преподаватель физической культуры  
ГБПОУ «Кропоткинский медицинский  
колледж»  
Преподаватель по физической культуре по  
виду спорта  
Квалификация по диплому

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по дисциплине ФК.00 Физическая культура  
по профессии среднего профессионального образования  
23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава  
разработанную преподавателями ГБПОУ «Кропоткинский техникум технологий и  
железнодорожного транспорта» Бороздин Н.А., Шаталиной Е.К..

Рабочая программа учебной дисциплины ФК.00 Физическая культура для профессии  
23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава, разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального  
образования по профессии 190623.03 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава,  
утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 696 от 2  
августа 2013 года, зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 29751от 20 августа 2013г.), с  
изменениями приказ МОН РФ от 09 апреля 2015г № 389, (зарег. в минюсте России 8 мая 2015г  
№37216), укрупненной группы профессий 23.00.00 Техника и технологии наземного транспорта.

В результате изучения программного материала обучающиеся овладеют знаниями и  
умениями по вопросам: использования физкультурно-оздоровительной деятельности для  
укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; роли физической  
культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ  
здорового образа жизни.

Оценка структуры рабочей программы (характеристика разделов):

Структура программы соответствует наличию обязательных компонентов и включает в  
себя: паспорт рабочей программы, результаты освоения; структуру и содержание, условия  
реализации; контроль и оценку результатов освоения дисциплины. Деление на разделы  
соответствуют знаниям и умениям. В программе учтена специфика учебного заведения, которая  
отражена в содержании профессиональной дисциплины.

Оценка соответствия тематики практических занятий, требованиям подготовки выпускника  
по профессии и содержанию рабочей программы:

В программе уделено особое внимание использованию в организации учебного процесса  
разнообразных форм практических занятий, самостоятельной работы обучающихся и  
соответствует профессиональным требованиям предъявляемым к обучению.

Язык и стиль изложения, терминология соответствует ведущим требованиям программы  
учебной дисциплины и ее уровню усвоения.

Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки,  
техники и производства рабочая программа соответствует современным требованиям.

Рекомендации, замечания не имеет.

### **Заключение:**

Рабочая программа по дисциплине ФК.00 Физическая культура может быть использована  
для обеспечения программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии  
23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава.

Рецензент

\_\_\_\_\_  
Подпись

МП

Сова Е.Е.

Преподаватель физической культуры  
ГБПОУ «Кропоткинский медицинский  
колледж»

Преподаватель по физической культуре  
и спорту

Квалификация по диплому





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 25910413180194252715292873429998908689710672404

Владелец Шахбазян Вера Арамовна

Действителен с 30.08.2023 по 29.08.2024