

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЮЖНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧПОУ ЮМТ _____ Е. С. Федотенков

Приказ директора от 27.02.2026 года

№ 550

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

составлена на основе ФГОС СПО

форма обучения - очная

квалификация – операционный логист

Армавир
2026

Рассмотрено и одобрено на заседании ЦМК социально - гуманитарного цикла -
председатель Блинова Д.Е.
Протокол №1 от 27.02.2026 года

Рекомендовано к утверждению экспертным советом ЧПОУ ЮМТ
Протокол №1 от 27.02.2026 года
Председатель экспертного совета Е.С. Федотенков

Рекомендовано к использованию экспертным советом ЧПОУ ЮМТ
Заключение экспертного совета №1 от 27.02.2026 года

Организация разработчик: Частное профессиональное образовательное учреждение «Южный многопрофильный техникум»

Составители:
преподаватель ЧПОУ ЮМТ Мальцев В.Г.

Рецензенты:
Внутренняя рецензия
Внутренняя рецензия – преподаватель ЧПОУ ЮМТ Глазунова Н.В.
Внешняя рецензия
доцент кафедры экономических, правовых и социальных дисциплин НЧОУ ВО АЛСИ, к.п.н. Гарбузов С.П.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «21» апреля 2022 года № 257, зарегистрированного в Минюсте России от «02» июня 2022 года № 68712
Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

СОДЕРЖАНИЕ

Рецензия
на рабочую программу дисциплины
СГ.04 Физическая культура
по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Представленная к рецензированию рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «21» апреля 2022 года № 257, зарегистрированного в Минюсте России от «02» июня 2022 года № 68712.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

Программа включает общую характеристику рабочей программы дисциплины, структуру и содержание, условия реализации программы, контроль и оценку результатов освоения дисциплины, тематический план дисциплины с указанием тем и распределением часов учебного времени на изучение теоретического материала, выполнение практических занятий, а также время на выполнение самостоятельной внеаудиторной работы студентов.

Теоретический материал, излагаемый в форме лекции, позволит сформировать мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре, овладеть основами ведения здорового образа жизни учащихся.

Практический раздел программы направлен на обучение и совершенствование элементов техники легкой атлетики, спортивных игр (футбола, волейбола, баскетбола), гимнастики и упражнений на брусках, гиревой спорт (юноши). Упражнения на бревне (девушки). ППФП, а также повышению физической и функциональной подготовленности. Последовательность прохождения учебного материала, используемые средства и методы обучения в данных видах спорта подобраны методически правильно.

Раздел «Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины» программы направлен на выполнение функции дифференцированного и объективного учёта результатов учебной деятельности учащихся. Контрольные нормативы включают двигательные тесты, позволяющие объективно оценить физическое состояние обучающихся.

Успешность реализации дисциплины обеспечивается за счет применения на учебных занятиях разнообразных методов организации учебного процесса через реализацию комплекса современных педагогических технологий обучения.

Рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура может быть рекомендована к использованию в учебном процессе для подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, реализуемая в ЧПОУ «ЮМТ» в полной мере и соответствует формированию общих и профессиональных компетенций у обучающихся.

Рецензент:

к.п.н., доцент кафедры экономических,
правовых и социальных дисциплин
НЧОУ ВО АЛСИ _____

С.П. Гарбузов

Рецензия
на рабочую программу дисциплины СГ.04 Физическая культура
по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике,
разработанную преподавателем ЧПОУ ЮМТ В.Г. Мальцевым

Рабочая программа дисциплины Физическая культура разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «21» апреля 2022 года № 257, зарегистрированного в Минюсте России от «02» июня 2022 года № 68712.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

Представленный теоретический материал позволит студенту самостоятельно составить реферат, комплекс физических упражнений, позволяющих отражать современные тенденции и требования к предмету «Физическая культура».

В рабочей программе дисциплины отражены современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.

В программе практического раздела изложены требования к уровню знаний, умений, навыков в обучении и совершенствовании техники по лёгкой атлетике, баскетболу, волейболу, гимнастике и лыжным гонкам.

Последовательность изучения разделов и тем логически целесообразна. Контрольный раздел позволяет обеспечить достижение необходимого уровня результатов при сдаче итоговых зачетных и экзаменационных нормативов.

Рабочая программа учитывает специфику профиля получаемой специальности, для этого рассматривается комплекс физических упражнений для профилактики профессиональных заболеваний. Представленные на рецензию контрольно-оценочные средства по дисциплине «Физическая культура» разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

Разработанная рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура» актуальна с учетом современной ситуации в России, физического воспитания студентов, когда формирование компетенции по физической культуре личности, обеспечивает готовность к социально-профессиональной деятельности, соблюдения здорового образа жизни, а также систематическое физическое самосовершенствование.

Содержание РПД СГ.04 Физическая культура соответствует характеристике профессиональной деятельности выпускников и требованиям к результатам освоения и сформированности компетенций по программе подготовки специалистов среднего звена для специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике и может быть использована в образовательном процессе ЧПОУ ЮМТ.

Рецензент:
преподаватель ЧПОУ ЮМТ



Н.В. Глазунова

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина СГ.04. Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности/профессии 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

Особое значение дисциплина СГ.04. Физическая культура имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08, ПК 1.1, ПК 1.3, ПК 2.1.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины СГ.04. Физическая культура обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Коды ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.	- психологические основы деятельности коллектива; - психологические особенности личности.
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания	- 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 специальности.	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения.

необходимого уровня физической подготовленности		
ПК 1.1. Осуществлять сопровождение, в том числе документационное, процедуры закупок	- оформлять формы первичных документов для осуществления процедуры закупок; - определять потребности в материальных запасах для обеспечения деятельности организации; - применять методологические основы базисных систем управления запасами в конкретных ситуациях; - определять сроки и объемы закупок материальных ценностей; - оценивать поставщиков с применением различных методик.	- требования законодательства и нормативных правовых актов, регулирующих деятельность в сфере закупок; - порядок составления закупочной документации; - критерии оценки поставщиков; - порядок определения потребностей в закупках; - базисные системы управления запасами (система с фиксированным размером заказа, и система с фиксированным интервалом времени между заказами).
ПК 1.3. Осуществлять документационное сопровождение складских операций	- оформлять документы складского учета; - составлять и заполнять типовые формы складских документов; - контролировать правильность составления складских документов.	- систему документооборота на складе; - порядок составления складской документации; - обязательные реквизиты и порядок заполнения складских документов.
ПК 2.1. Сопровождать логистические процессы в производстве, сбыте и распределении	- определять потребности в материальных ресурсах для производственного процесса; - определять оптимальные каналы распределения и сбыта; - рассчитывать логистические параметры производства, распределения и сбыта.	- классификация производственных процессов и структуру производственного цикла; - значение и преимущества логистической концепции организации производства, сбыта и распределения; - основы бережливого производства; - схемы каналов распределения; - методы и модели управления сбытовой деятельностью.

Приложение 1

Паспорт общих компетенций (ОК) по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике СГ.04. Физическая культура

Приложение 2

Паспорт профессиональных компетенций (ПК) по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике СГ.04. Физическая культура

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	Вариантная часть не продус мо
Объем образовательной программы учебной дисциплины	124	
в т.ч. в форме практической подготовки		
теоретические занятия	17	
лабораторные работы	-	
практические занятия	103	
контрольные работы	-	
Самостоятельная работа	-	
Промежуточная аттестация в форме		
дифференцированный зачет	2	трена
дифференцированный зачет	2	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов формирования которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ			
Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Содержание учебного материала /теоретическое занятие	4	ОК 04
	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»		
Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Содержание учебного материала /теоретическое занятие	4	ОК 08
	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		
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика			
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.3
	Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения Уметь контролировать правильность составления складских документов		
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Практическое занятие	4	ОК 04
	Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции		
Тема 2.3.	Практическое занятие		ОК 08

Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Специальные упражнения прыгуна, ОФП	4	
Тема 2.4. Эстафетный бег 4х100. Челночный бег	Практическое занятие	4	ОК 04
	Выполнение эстафетного бега 4х100, челночного бега		
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Практическое занятие	4	ОК 04 ПК 2.1
	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		
	Уметь рассчитывать логистические параметры производства, распределения и сбыта		
Раздел 3. Волейбол			
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Практическое занятие	4	ОК 04 ПК 1.3
	Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП Уметь контролировать правильность составления складских документов		
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Практическое занятие	2	ОК 04
	Выполнение комплекса упражнений по ОФП		
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Практическое занятие	2	ОК 08
	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног		
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Практическое занятие	4	ОК 04
	Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару		
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Практическое занятие	4	ОК 04 ПК 1.3
	Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча		
	Уметь контролировать правильность составления складских документов		
Тема 3.6. Основы методики судейства	Практическое занятие	4	ОК 08
	Отработка навыков судейства в волейболе		

Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.1
	Выполнение передачи мяча в парах Игра по упрощённым правилам волейбола Игра по правилам Уметь оценивать поставщиков с применением различных методик		
Раздел 4. Баскетбол			
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Практическое занятие	4	ОК 04
	Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног		
Тема 4.2. Передачи мяча. ОФП	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.3
	Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса Уметь контролировать правильность составления складских документов		
Тема 4.3. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.3
	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса Уметь контролировать правильность составления складских документов		
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП Дифференцированный зачет	Практическое занятие	6	ОК 04
	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног		
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет			ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 09 ПК 1.1 ПК.1.3 ПК 2.1
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Практическое занятие	4	ОК 04
	Игра по упрощенным правилам баскетбола Игра по правилам		

Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.1
	Практика в судействе соревнований по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка» Уметь оценивать поставщиков с применением различных методик		
Раздел 5. Гимнастика			
Тема 5.1. Строевые приемы	Практическое занятие	4	ОК 04
	Отработка строевых приёмов		
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Практическое занятие	4	ОК 08
	Отработка техники акробатических упражнений		
Тема 5.3. Упражнения на брусьях (юноши). Гиревой спорт Упражнения на бревне (девушки). ППФП	Содержание учебного материала /теоретическое занятие	4	ОК 08
	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 (юноши) Бревно: наскок, ходьба, полушпагат, уголок, равновесие, повороты, соскок (девушки)		
	Практическое занятие	4	
	Разучивание и выполнение упражнений с гириями (юноши). Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (девушки)		
Тема 5.4. Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Содержание учебного материала /теоретическое занятие	2	ОК 04
	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		
	Практическое занятие	4	
	Выполнение комплекса ОРУ. Практическое занятие. Контроль выполнения комплексов ОРУ. Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки. Контроль комбинации на бревне, брусьях. Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ППФП		
Раздел 6. Бадминтон			
Тема.6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.3
	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса Уметь контролировать правильность составления складских документов		

Тема 6.2. Подачи	Практическое занятие	4	ОК 04
	Отработка подач		
Тема 6.3. Нападающий удар	Практическое занятие	4	ОК 04
	Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»		
Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону	Практическое занятие	4	ОК 08 ПК 1.1
	Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону. Контроль техники подач, ударов справа, слева. Контроль техники игры: одиночные, парные игры. Игра по правилам		
	Уметь оценивать поставщиков с применением различных методик		
Раздел 7. Настольный теннис			
Тема 7.1. Настольный теннис	Практическое занятие	2	ОК 08
	Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра.		
Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 8.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов Дифференцированный зачет	Содержание учебного материала /теоретическое занятие	3	ОК 04 ПК 1.1
	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.		
		Практическое занятие	5

	Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда. Формирование профессионально значимых физических качеств. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста. Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп Уметь оценивать поставщиков с применением различных методик		
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет			ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 09
Всего:		124	ПК 1.1 ПК.1.3 ПК 2.1

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ. 04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для проведения занятий лекционного типа используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, презентационные и мультимедийные материалы.

Для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду техникума.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оснащенного оборудованными раздевалками; рабочее место преподавателя; комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки).

Оборудование:

- гимнастическое оборудование;
- легкоатлетический инвентарь;
- оборудование и инвентарь для спортивных игр;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- многофункциональный принтер;

— музыкальный центр.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья техникумом могут быть предоставлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

В техникуме согласно стандартам, имеются технические средства обучения, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий (интерактивная доска, ноутбук, проектор, экран с возможностью масштабирования и применения экранной лупы), которые по всем параметрам соответствуют нормам обучения лиц с инвалидностью и ОВЗ.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд техникума имеет печатные и/ или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

При формировании библиотечного фонда техникум выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями

3.2.1. Основные печатные издания

1. Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт : учебник для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 427 с. — ISBN 978-5-4488-1631-4, 978-5-4497-2129-7. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198>

2. Быченков, С. В. Физическая культура : учебник / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-4497-4249-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/142107>
3. Ткач, И. М. Физическая культура: направления и формы оздоровления организма : учебное пособие / И. М. Ткач, Е. В. Матухно. — Комсомольск-на-Амуре : Комсомольский-на-Амуре государственный университет, 2024. — 69 с. — ISBN 978-5-7765-1570-5. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/140672>

Дополнительная литература:

1. Жарский, Р. В. Физическая культура. Организация и проведение спортивных мероприятий : методические указания / Р. В. Жарский, Е. В. Кучеров. — Москва : Издательский Дом МИСиС, 2024. — 34 с. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/152710>
2. Сидоров, Д. Г. Соблюдение техники безопасности по дисциплине «Физическая культура и спорт» во время сдачи студентами контрольных испытаний комплекса ГТО : учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» / Д. Г. Сидоров. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2024. — 79 с. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/148550>
3. Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 64 с. — ISBN 978-5-4263-0617-2. —

Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/145712>

4. Физическая культура, спорт и основы военной подготовки студентов : учебное пособие / М. П. Коновалова, С. В. Кузнецова, Н. Н. Черевик [и др.]. — Саратов : Саратовский государственный технический университет имени Ю.А. Гагарина, ЭБС АСВ, 2024. — 108 с. — ISBN 978-5-7433-3615-9. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/141142>

3.2.2. Основные электронные издания

1. 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>

2. 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>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Матвеев А.П. Физическая культура. 10-11 кл. (ФГОС) М.:Бином,2017
2. Муллер А. Б. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. Учебник и практикум для СПО. М.: Юрайт,2020

3.2.4. Интернет ресурсы

1. Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт : учебник для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 427 с. — ISBN 978-5-4488-1631-4, 978-5-4497-2129-7. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198>

2. Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А. Э. Буров, И. А. Лакейкина, М. Х. Бегметова, С. В. Небрятенко. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 261 с. — ISBN 978-5-4487-0807-7. — Текст : электронный // ЭБС PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/116615>

В техникуме имеется электронно-библиотечные системы (ЭБС), которые способствуют правильному формированию информационной культуры и компетентности всего образовательного процесса, в том числе детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. В читательском зале организован свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Все обучающиеся, в том числе дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья:

- имеют доступ в электронно-библиотечные системы;
- в полном объеме обеспечены необходимыми бесплатными учебниками и учебными пособиями;
- имеют свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Для учащихся с нарушениями слуха библиотека оборудована звукоусиливающей аппаратурой, для слабовидящих — дополнительным освещением и увеличительными средствами.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ. 04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Результаты обучения (ОК, ПК)	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Знать: - психологические основы деятельности коллектива; - психологические особенности личности. Уметь: - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами,	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта

	руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Знать: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения. 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 специальности.	
ПК 1.1. Осуществлять сопровождение, в том числе документационное, процедуры закупок	Знать: - требования законодательства и нормативных правовых актов, регулирующих деятельность в сфере закупок; - порядок составления закупочной документации; - критерии оценки поставщиков; - порядок определения потребностей в	

	закупках; - базисные системы управления запасами (система с фиксированным размером заказа, и система с фиксированным интервалом времени между заказами). Уметь: - оформлять формы первичных документов для осуществления процедуры закупок; - определять потребности в материальных запасах для обеспечения деятельности организации; - применять методологические основы базисных систем управления запасами в конкретных ситуациях; - определять сроки и объемы закупок материальных ценностей; - оценивать поставщиков с применением различных методик.	
ПК 1.3. Осуществлять документационное сопровождение складских операций	Знать: - систему документооборота на складе; - порядок составления складской документации; - обязательные реквизиты и порядок заполнения складских документов. Уметь: - оформлять документы складского учета; - составлять и заполнять типовые формы складских документов; - контролировать правильность составления складских документов.	

ПК 2.1. Сопровождать логистические процессы в производстве, сбыте и распределении	Знать: - классификация производственных процессов и структуру производственного цикла; - значение и преимущества логистической концепции организации производства, сбыта и распределения; - основы бережливого производства; -схемы каналов распределения; - методы и модели управления сбытовой деятельностью. Уметь: - определять потребности в материальных ресурсах для производственного процесса; - определять оптимальные каналы распределения и сбыта; - рассчитывать логистические параметры производства, распределения и сбыта.	
---	---	--

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<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	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		
<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.	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.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

БЫЛО	СТАЛО
ОБОСНОВАНИЕ	

ОТВЕТСТВЕННЫЙ

.....
.....
ФИО авторов УД

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЮЖНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СГ. 04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения - очная
квалификация – операционный логист