

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Рабочая программа дисциплины
СГЦ.Ф.4. Физическая культура 2

Специальность: 38.02.08 Торговое дело
Направленность (профиль): Торговое дело
Квалификация выпускника: специалист торгового дела
Форма обучения: очная, заочная

	Очная ФО	Заочная ФО
Курс	1-2	2-3
Семестр	11-22	22-31
Лекции (час)	0	4
Практические (сем, лаб.) занятия (час)	122	0
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам (час)	22	140
Курсовая работа (час)		
Всего часов	144	144
Зачет (семестр)	12, 21, 22	22, 31
Экзамен (семестр)		

Иркутск 2025

Программа составлена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.08
Торговое дело.

Автор Т.А. Кишинская

Рабочая программа обсуждена и утверждена на заседании цикловой комиссии
общеобразовательных дисциплин

1. Цели изучения дисциплины

Формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код компетенции по ФГОС ВО	Компетенция
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Структура компетенции

Компетенция	Формируемые ЗУОП
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	З. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; З. условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; У. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У. применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; У. пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Принадлежность дисциплины - СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЙ ЦИКЛ: Федеральный компонент.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зач. ед., 144 часов.

Вид учебной работы	Количество часов (очная ФО)	Количество часов (заочная ФО)
Контактная(аудиторная) работа		
Лекции	0	4
Практические (сем, лаб.) занятия	122	0
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам	22	140
Всего часов	144	144

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Строевая подготовка	22	2		20		Задание 1
2	Волейбол 1	22			20		Задание 2. Задание 3
3	Баскетбол 1	22			20		Задание 4. Задание 5
4	Настольный теннис 1	22-31			20		Задание 6. Задание 7. Тест 3
5	Общая физическая подготовка	31			20		Задание 8. Задание 9
6	Волейбол 2	31					Задание 10. Задание 11. Тест 4
7	Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности	31	2		40		задание 12. задание 13. тест 5
8	Баскетбол 2	31					задание 14. задание 15
9	Настольный теннис 2	31					задание 16. задание 17
	ИТОГО		4		140		

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Строевая подготовка	11		10			Задание 1
1.1	СРС Строевая подготовка	11			2		
2	Волейбол 1	11		18			Задание 2. Задание 3
3	Баскетбол 1	12		20			Задание 4. Задание 5
3.1	СРС Баскетбол 1	12			4		
4	Настольный теннис 1	12		18			Задание 6. Задание 7. Тест 3
5	Общая физическая подготовка	21		10			Задание 8. Задание 9
5.1	СРС Общая физическая подготовка	21			8		
6	Волейбол 2	21		18			Задание 10. Задание 11. Тест 4

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
7	Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности	22		10			задание 12. задание 13. тест 5
7.1	СРС Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности	22			8		
8	Баскетбол 2	22		10			задание 14. задание 15
9	Настольный теннис 2	22		8			задание 16. задание 17
	ИТОГО			122	22		

5.2. Лекционные занятия, их содержание

5.3. Семинарские, практические, лабораторные занятия, их содержание

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
1	Строевые упражнения: характеристика упражнений и их классификация, строевые приемы: строй и его структурные элементы (строй, фланг, фронт, шеренга, интервал, сомкнутый строй, разомкнутый строй, колонна, дистанция, направляющий, замыкающий). Практическая работа
1	Строевые приемы: основная стойка, становись, равняйся, смирно, нале-во равняйся, на середину равняйся, вольно, отставить, правой (левой) вольно, разойдись, расчёт (по порядку, по три, четыре и т.д.) Строевые приемы: повороты на месте, напра-во, нале-во, кру-гом, пол оборота напра-во, налево. Сдача рапорта.. Практическая работа
1	Строевые приемы: построения, перестроения. В одну шеренгу, в одну колонну, перестроение из одной шеренги в две и обратно, перестроение из одной шеренги в три и обратно, перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три и обратно, перестроение из шеренги уступами, перестроение из колонны по одному в колонну по три уступами, перестроение из шеренги в колонну захождение плечом. Строевые приемы: перестроения в движении. Перестроение из колонны по одному, по два, по три, четыре поворотом. Практическая работа
1	Строевые приемы: передвижения (строевой шаг, походный (обычный) шаг, движения на месте, переход с движения на месте к передвижению, прекращение движения, изменения темпа движения и длины шага, движения бегом (змейкой, в обход, по кругу и т.д.). Строевые приемы: размыкания и смыкания. Размыкание приставными шагами, по распоряжению, по направляющим в колоннах, размыкание дугами вперед и назад, из одного круга в два, три и назад.. Практическая работа
1	Контрольный урок (зачетные упражнения). Практическая работа
2	Техника перемещений, повторение техники приема мяча низ. Воспитание координации движений.. Практическая работа
2	Техника перемещений и повторение техники подачи мяча сверху. Развитие специальных физических качеств. Практическая работа

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
2	Техника выполнения подачи мяча различными способами. Развитие специальных физических качеств. Практическая работа
2	Техника выполнения приема подачи снизу, сверху. Развитие координационных способностей (ловкости).. Практическая работа
2	Техника игры в защите. Воспитание быстроты. Практическая работа
2	Техника игры в нападении. Развитие координационных. Практическая работа
2	Техника выполнения блокирования. Воспитание прыгучести. Практическая работа
2	Учебная игра по заданию, судейство игры. Практическая работа
2	Контрольные нормативы по разделу волейбол. Практическая работа
3	Техники выполнения передвижения, бег, прыжки, остановки, повороты. Воспитание скоростно-силовых качеств. Практическая работа
3	Техника выполнения перемещения и ведения мяча. Воспитание координации движений. Практическая работа
3	Техника выполнения обманных движений-финтов, перемещениям. Воспитание скоростно-силовых качеств. Практическая работа
3	Техника выполнения штрафного броска. Воспитание быстроты. Практическая работа
3	Техника выполнения средних бросков по кольцу. Воспитание координации движений. Практическая работа
3	Тактически действия в защите. Воспитание гибкости. Практическая работа
3	Учебная игра по заданию, судейство игры. Воспитание силовой выносливости. Практическая работа
3	Учебная игра, с разбором ошибок. Разбор судейства.. Практическая работа
3	Учебная игра, с разбором ошибок. Разбор судейства.. Практическая работа
3	Контрольные нормативы по разделу баскетбол. Практическая работа
4	Виды хвата ракетки: жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Развитие координации движения. Практическая работа
4	Стойки, перемещения игрока во время игры и подачи. Воспитание быстроты. Практическая работа
4	Обучение технике подачи верхней, боковой. Развитие координации движений. Практическая работа
4	Учебная игра в парах, с разбором ошибок, судейство игры. Разучивание комбинации. Практическая работа
4	Стойки, перемещения игрока во время игры и подачи. Воспитание быстроты. Практическая работа
4	Техника ударов накатом, тактические приемы. Воспитание скоростных способностей и точности движений. Практическая работа
4	Учебная игра в парах, с разбором ошибок, судейство игры.. Практическая работа
4	Обучение технике подачи верхней, боковой. Развитие координации движений. Практическая работа
4	Контрольные нормативы по разделу настольный теннис. Практическая работа
5	Техника бега на средние дистанции. Воспитание силовых способностей с использованием тренажеров. Практическая работа
5	Техника челночного бега. Воспитание силовых способностей с использованием тренажеров. Практическая работа
5	Техника прыжков в длину с места. Воспитание силовых способностей с использованием тренажеров. Практическая работа
5	Техника выполнения упражнения «отжимание» и «пресс».. Практическая работа

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
5	Контрольные нормативы по разделу общая физическая. Практическая работа
6	Техника игры в защите. Воспитание быстроты. Практическая работа
6	Техника выполнения нападающего удара. Воспитание скоростно-силовых способностей. Практическая работа
6	Техника выполнения блокирования. Воспитание прыгучести. Практическая работа
6	Техника выполнения приема подачи снизу, сверху. Развитие координационных способностей (ловкости).. Практическая работа
6	Техника игры в защите. Воспитание быстроты. Практическая работа
6	Техника выполнения нападающего удара. Воспитание скоростно-силовых способностей. Практическая работа
6	Учебная игра по заданию, судейство. Разбор ошибок. Практическая работа
6	Техника выполнения нападающего удара. .Воспитание скоростно-силовых способностей. Практическая работа
6	Контрольные нормативы по разделу волейбол. Практическая работа
7	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО». Практическая работа
7	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности. Практическая работа
7	Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики различных групп профессий (первая, вторая, третья, четвертая группы профессий). Практическая работа
7	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО». Практическая работа
7	Контрольный урок (проведение комплекса). Практическая работа
8	Техника выполнения ведения мяча. Воспитание координации движений. Практическая работа
8	Техника выполнения обманных движений-финтов. Воспитание скоростно-силовых качеств. Практическая работа
8	Техника выполнения штрафного и трех очкового бросков. Воспитание ловкости и точности движений. Практическая работа
8	Учебная игра, с разбором ошибок. Разбор судейства.. Практическая работа
8	Контрольные нормативы по разделу баскетбол. Практическая работа
9	Техника выполнения ударов по мячу, подач. Воспитание быстроты и точности движений. Практическая работа
9	Техника выполнения подач накатом, ударов накатом с подрезанного мяча. Развитие координации движений. Практическая работа
9	Техника выполнения подач накатом, ударов накатом с подрезанного мяча. Развитие координации движений. Практическая работа
9	Контрольные нормативы по разделу настольный теннис. Практическая работа

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (полный текст приведен в приложении к рабочей программе)

6.1. Текущий контроль

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
1	1. Строевая подготовка	ОК 08	У.пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;	Задание 1	20 баллов - движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, без напряжения, уверенно, с соблюдением всех требований; обучающийся понимает сущность движения, может объяснить условия успешного выполнения и продемонстрировать в нестандартных условиях 15 баллов - движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно; в выполнении содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки 10 баллов - движения или отдельные его элементы выполнены в основном правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением; в выполнении допущена одна грубая или несколько незначительных ошибок, приведших к скованности движений 5 баллов - движения или отдельные его элементы выполнены непр (20)
2	2. Волейбол 1	ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Задание 2	10 баллов - 25 передач; 8 баллов - 20 передач; 6 баллов - 15 передач; 4 балла - 10 передач Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Тема раскрыта полностью; 8 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя;

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					6 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 4 балла - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (10)
3		ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Задание 3	10 баллов - 4 подачи; 8 баллов - 3 подачи; 6 баллов - 2 подачи; 4 балла - 1 подача. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Нет ошибок в судействе; 8 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 4 балла - Допущена существенная ошибка. (10)
4	3. Баскетбол 1	ОК 08	У.пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;	Задание 4	10 баллов - 8 попаданий; 8 баллов - 6 попаданий; 6 баллов - 4 попадания; 4 балла - 2 попадания. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Тема раскрыта полностью; 8 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 4 балла - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (10)
5		ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Задание 5	10 баллов - 140 раз; 8 баллов - 120 раз; 6 баллов - 100 раз; 4 - 80 раз. Освобожденные от практических занятий

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					10 баллов - Нет ошибок в судействе; 8 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 4 балла - Допущена существенная ошибка. (10)
6	4. Настольный теннис 1	ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Задание 6	10 баллов - 8 раз; 8 баллов - 6 раз; 6 баллов - 4 раза; 4 балла - 2 раза. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Тема раскрыта полностью; 8 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 4 балла - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (10)
7		ОК 08	У.пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;	Задание 7	10 баллов - 90 сек.; 8 баллов - 80 сек; 6 баллов - 60 сек; 4 балла - 40 сек Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Нет ошибок в судействе; 8 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 4 балла - Допущена существенная ошибка. (10)
8		ОК 08	З.условия профессиональной	Тест 3	20 баллов – 85-100% правильных ответов

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;		15 баллов – 69-84% правильных ответов 10 баллов – 51-68% правильных ответов 5 баллов – 25-50% правильных ответов (20)
				Итого	100
9	5. Общая физическая подготовка	ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Задание 8	Юноши 20 баллов - 27 сек.; 15 баллов - 28 сек; 10 баллов - 30 сек; 5 баллов - 35 сек Девушки 20 баллов - 29.5 сек.; 15 баллов - 30.6 сек; 10 баллов - 32.0 сек; 5 баллов - 40 сек. Освобожденные от практических занятий 40 баллов - Материал изложен в определенной логической последовательности. Тема реферата раскрыта полностью; 25 баллов - Тема реферата раскрыта, при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 15 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 5 балла - При защите реферата обнаружено понимание основного содержания учебного материала. (20)
10		ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Задание 9	Юноши 20 баллов - 1500.; 15 баллов - 1450; 10 баллов - 1350; 5 баллов – 1100 Девушки 20 баллов - 1250.; 15 баллов - 1200; 10 баллов - 1100; 5 баллов - 900 (20)
11	6. Волейбол 2	ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Задание 10	10 баллов - 25 передач; 8 баллов - 20 передач; 6 баллов - 15 передач; 4 балла - 10 передач. Освобожденные от практических занятий

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					10 баллов - Тема раскрыта полностью; 8 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 4 балла - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (20)
12		ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Задание 11	10 баллов - 4 подачи; 8 баллов - 3 подачи; 6 баллов - 2 подачи; 4 балла - 1 подача. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Нет ошибок в судействе; 8 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 4 балла - Допущена существенная ошибка. (20)
13		ОК 08	З.условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;	Тест 4	20 баллов – 85-100% правильных ответов 15 баллов – 69-84% правильных ответов 10 баллов – 51-68% правильных ответов 5 баллов – 25-50% правильных ответов (20)
				Итого	100
14	7. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности	ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	задание 12	10 баллов - Даны ответы на все поставленные вопросы, содержание ответов полное, исчерпывающее 8 баллов - Даны ответы на все поставленные вопросы, но содержание ответов не совсем полное 6 баллов - Даны ответы на более половину

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					(50%) поставленных вопросов, содержание ответов не полное. 5 баллов - Даны ответы меньше чем на половину поставленных вопросов, содержание ответов краткое. (10)
15		ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	задание 13	10 баллов - соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, соблюдение требований к оформлению и терминологии, правильно подобранная дозировка, наличие графического изображения, правильно сформулированные методические указания. 8 баллов - соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, соблюдение требований оформлению терминологии, правильно подобранная дозировка, отсутствует графическое изображение, правильно сформулированные методические указания. 6 баллов - соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, правильно подобранная дозировка, отсутствует графическое изображение, допущены ошибки в терминологии и формулировке методических указаний. 5 баллов - Полное несоответствие поставленным требованиям. (10)
16		ОК 08	З.роль физической культуры в общекультурном,	тест 5	20 баллов – 85-100% правильных ответов

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			профессиональном и социальном развитии человека;		15 баллов – 69-84% правильных ответов 10 баллов – 51-68% правильных ответов 5 баллов – 25-50% правильных ответов (20)
17	8. Баскетбол 2	ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	задание 14	20 баллов - 8 попаданий; 15 баллов - 6 попаданий; 10 баллов - 4 попадания; 5 баллов - 2 попадания. Освобожденные от практических занятий 20 баллов - Тема раскрыта полностью; 15 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 10 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 5 баллов - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (20)
18		ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	задание 15	20 баллов - 140 раз; 15 баллов - 120 раз; 10 баллов - 100 раз; 5 баллов - 80 раз. Освобожденные от практических занятий 20 баллов - Нет ошибок в судействе; 15 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 10 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 5 баллов - Допущена существенная ошибка. (20)
19	9. Настольный теннис 2	ОК 08	У.использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и	задание 16	10 баллов - 8 раз; 8 баллов - 6 раз; 6 баллов - 4 раза; 4 балла - 2 раза. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Тема раскрыта полностью;

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУОП: (З.1...З.п, У.1...У.п, ОП.1...ОП.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			профессиональных целей;		8 баллов - Тема раскрыта, но при этом допущены не существенные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Тема раскрыта не полностью, допущена существенная ошибка; 4 балла - Тема раскрыта не полностью, нет понимания основного учебного материала содержания. (10)
20		ОК 08	У.применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	задание 17	10 баллов - 90 сек.; 8 баллов - 80 сек; 6 баллов - 60 сек; 4 балла - 40 сек. Освобожденные от практических занятий 10 баллов - Нет ошибок в судействе; 8 баллов - Допущены не существенные ошибки, в судействе, исправленные по требованию преподавателя; 6 баллов - Допущена существенная ошибка, исправленные по требованию преподавателя; 4 балла - Допущена существенная ошибка. (10)
				Итого	100

6.2. Промежуточный контроль (зачет, экзамен)

Рабочим учебным планом предусмотрен Зачет в семестре 12.

ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
**«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «БГУ»)**

Направление - 38.02.08 Торговое дело
Профиль - Торговое дело
Цикловая комиссия
общеобразовательных дисциплин
Дисциплина - Физическая культура 2

БИЛЕТ № 1

1. Тест (20 баллов).
2. 1-8 (80 баллов).

Составитель _____ Т.А. Кишинская

Председатель цикловой комиссии _____

Рабочим учебным планом предусмотрен Зачет в семестре 21.

ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
**«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «БГУ»)**

Направление - 38.02.08 Торговое дело
Профиль - Торговое дело
Цикловая комиссия
общеобразовательных дисциплин
Дисциплина - Физическая культура 2

БИЛЕТ № 1

1. Тест (20 баллов).
2. 1-4 (80 баллов).

Составитель _____ Т.А. Кишинская

Председатель цикловой комиссии _____

Рабочим учебным планом предусмотрен Зачет в семестре 22.

ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
**«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «БГУ»)**

Направление - 38.02.08 Торговое дело
Профиль - Торговое дело
Цикловая комиссия
общеобразовательных дисциплин
Дисциплина - Физическая культура 2

БИЛЕТ № 1

1. Тест (20 баллов).
2. 1-4 (80 баллов).

Составитель _____ Т.А. Кишинская

Председатель цикловой комиссии _____

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная литература:

1. [Веденина, О. А. Самостоятельные занятия физической культурой : учебное пособие для СПО / О. А. Веденина. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 97 с. — ISBN 978-5-4488-2390-9, 978-5-4497-4081-6. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : \[сайт\]. — URL: <https://profspo.ru/books/147933>](#)
2. [Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — \(Профессиональное образование\). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт \[сайт\]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560907>](#)
3. [Сидоров, Д. Г. Реализация рабочей программы по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт». Особенности проведения практических занятий в общеобразовательном пространстве : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2023. — 187 с. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : \[сайт\]. — URL: <https://profspo.ru/books/131168>](#)

б) дополнительная литература:

1. [Будейкина, Е. М. «Круговая тренировка» на занятиях по физической культуре для студентов СПО : учебно-методическое пособие для проведения учебных занятий со студентами СПО / Е. М. Будейкина. — Брянск : Брянский государственный аграрный университет, 2018. — 26 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : \[сайт\]. — URL: <https://profspo.ru/books/107904>](#)
2. [Виноградов, П. А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» \(ГТО\) – путь к здоровью и физическому совершенству / П. А. Виноградов, А. В. Царик, Ю. В. Окуньков. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 234 с. — ISBN 978-5-906839-79-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : \[сайт\]. — URL: <https://profspo.ru/books/63650>](#)

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля), включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

Для освоения дисциплины обучающемуся необходимы следующие ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Сайт Байкальского государственного университета, адрес доступа: <http://bgu.ru/>, доступ круглосуточный неограниченный из любой точки Интернет
- Электронная библиотечная система «Юрайт» biblio-online.ru, адрес доступа: <http://www.biblio-online.ru/>. У тех изданий, на которые подписано учебное заведение, доступен полный текст с возможностью цитирования и создания закладок.

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Изучать дисциплину рекомендуется в соответствии с той последовательностью, которая обозначена в ее содержании. Для успешного освоения курса обучающиеся должны иметь первоначальные знания в области _____.

На лекциях преподаватель озвучивает тему, знакомит с перечнем литературы по теме, обосновывает место и роль этой темы в данной дисциплине, раскрывает ее практическое значение. В ходе лекций студенту необходимо вести конспект, фиксируя основные понятия и проблемные вопросы.

Практические (семинарские) занятия по своему содержанию связаны с тематикой лекционных занятий. Начинать подготовку к занятию целесообразно с конспекта лекций. Задание на практическое (семинарское) занятие сообщается обучающимся до его проведения. На семинаре преподаватель организует обсуждение этой темы, выступая в качестве организатора, консультанта и эксперта учебно-познавательной деятельности обучающегося.

Изучение дисциплины (модуля) включает самостоятельную работу обучающегося.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания дисциплин: (в часы консультаций, предусмотренные учебным планом);
- прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий);
- прием и защита лабораторных работ (во время проведения занятий);
- выполнение курсовых работ в рамках дисциплин (руководство, консультирование и защита курсовых работ в часы, предусмотренные учебным планом) и др.

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- самостоятельное изучение отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям;
- написание рефератов, докладов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и др.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

В учебном процессе используется следующее программное обеспечение:

– MS Office,

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю):

В учебном процессе используется следующее оборудование:

– Спортивный комплекс