МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Амвросиевский профессиональный лицей»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УПР
_____ Баглай Л.Г.
«29» 08 _____2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГПОУ «Амвросиевский ПЛ»
_____ Сысенко А.М.
«29» августа _____2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины

ФК 00.01 Физическая культура

по профессии:

43.01.02 Парикмахер

Амвросиевка 2019г.

Программа учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ГОС СПО) по профессии: 43.01.02 Парикмахер

_____

утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной республики от 18.07.2016г. №770

Организация-разработчик: ГПОУ «Амвросиевский ПЛ»

Разработчик:

Стецюра М.В. – специалист, преподаватель физической культуры

Рецензенты:

1. Калмыкова И.С. – методист ГПОУ «Амвросиевский ПЛ»
2. Колесников В.Ф. – преподаватель учебной дисциплины «Физическая культура», специалист высшей категории.

Одобрена и рекомендована
с целью практического применения
методической комиссией_____
протокол №_____от «_____»_____2019г.
Председатель МК _____

Рабочая программа переутверждена на 20___/20___ учебный год
Протокол №_____ заседания МК от «___»_____20___учебный год.
В программу внесены дополнения и изменения (см. Приложение____, стр.____)
Председатель МК_____

Рабочая программа переутверждена на 20___/20___ учебный год
Протокол №_____ заседания МК от «___»_____20___учебный год.
В программу внесены дополнения и изменения (см. Приложение____, стр.____)
Председатель МК_____

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Паспорт программы учебной дисциплины
3. Структура и содержание учебной дисциплины
4. Условия реализации учебной дисциплины
5. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Раздел 1. Пояснительная записка

Специфика дисциплины и актуальность ее изучения в современной системе общего образования

Программа учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» предназначена для организации занятий по физической культуре в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с Законом ДНР «Об образовании» (Постановление Народного Совета Донецкой Народной Республики № 1-233П-НС от 19.06.2015), на основе Государственного образовательного стандарта среднего общего образования Донецкой Народной Республики, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 30.07.2018г. №665 / сост. Михайлюк С.И., Макущенко И.В., Негода Е.А. и др. -4-е изд. перераб., дополн. – ГОУ ДПО «ДонРИДПО». – Донецк: Истоки, 2019. – 241 с.

Нормативно-правовое обеспечение:

- Приказ МОН ДНР от 07.08.2019 г № 1110 «Об организации образовательной деятельности в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по программам начального общего, основного общего и среднего общего образования в 2019-2020 учебном году»;
- Приказ МОН ДНР от 15.08.2019 г № 1134 «Об использовании учебников, учебных и учебно-методических пособий в общеобразовательных организациях ДНР в 2019-2020 учебном году»;
- Приказ МОН ДНР от 15.08.2019 г № 1135 «Об утверждении Методических рекомендаций по осуществлению образовательной деятельности в общеобразовательных организациях ДНР в 2019-2020 учебном году»;

Содержание рабочей программы соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования для профессиональных образовательных учреждений, имеющие право на реализацию программ подготовки специалистов среднего звена, а также квалифицированных рабочих и служащих на территории Донецкой Народной Республики.

Принятый в Донецкой Народной Республике Закон «Об образовании» (статья 3) среди принципов государственной политики в сфере образования определил приоритет здоровья человека, создания условий для его самореализации и свободного развития способностей. Согласно 81 статьи Закона реализация образовательных программ в области физической культуры, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья. Поэтому освоение дисциплины «Физическая культура» направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности обучающихся, на формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Цель и задачи дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» в области формирования системы знаний, практических умений, обеспечения общего уровня образованности, развития воспитания студентов

Целью программы по физической культуре является создание у учащихся достаточного для повседневной жизни уровня сформированной физкультурных знаний, двигательных умений и навыков, а также степень развития физических качеств и мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач:**

- содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;

 расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
 дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
 формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
 закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
 формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
 дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции;
 подготовка учащихся к выполнению требований Государственного физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне Донецкой Народной Республики»;

Раздел 2. «Паспорт программы учебной дисциплины» ФК 00.01 «Физическая культура»

2.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» входит в состав комплексно-методического обеспечения дисциплины и является составной частью учебно-методического комплекса по профессии 43.01.02 Парикмахер

2.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих

Учебная дисциплина ФК 00.01 «Физическая культура» для среднего профессионального образования осваивается как базовый предмет и входит в «Общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл» (программа подготовки специалистов среднего звена). В структуре Государственного образовательного стандарта, реализующего программу подготовки квалифицированных рабочих и служащих, дисциплина входит в раздел «Физическая культура».

2.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

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

знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
основы здорового образа жизни.

В процессе обучения студенты овладевают теоретическими знаниями:
- гигиенических основ физического воспитания;
- основ физического здоровья для повседневной жизни и будущей профессиональной деятельности;
- овладения обязательными видами спорта (легкая атлетика и кроссовая

подготовка, гимнастика, спортивные игры – баскетбол, волейбол, футбол, гандбол), видами спорта, дополнительно осваиваемые студентами по их выбору.
В соответствие с Законом ДНР «Об охране труда» (Постановление Народного Совета № 31-НС от 03.04.2015) студенты, проходящие профессиональное обучение в учебных заведениях, имеют право на безопасные условия нахождения в учебных помещениях, на обучение безопасным методам и приемам учебного труда, проведение инструктажа по вопросам охраны труда. Поэтому каждая тема содержит вопрос изучения правил безопасности на занятиях по физической культуре, профилактики травматизма, вопросы самоконтроля во время выполнения физических упражнений

2.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программной дисциплины:
Максимальной учебной нагрузки обучающегося 80 часов;
В том числе:
Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 40 часов;
Самостоятельной работы обучающегося 40 часов.

Мониторинг физического развития дает возможность отследить функциональное состояние и уровень физического здоровья обучающихся. Процедура проведения мониторинга включает в себя использование различных функциональных проб (индексов), в т.ч. «Проба Руфье», «Проба Штанге», «Индекс Кетле», «Индекс Робинсона», «Индекс Шаповаловой», «Проба Ромберга», которые характеризуют уровни функциональных возможностей систем организма.
Для исследования уровня физического развития, двигательных способностей и состояния здоровья используются диагностические упражнения оценки физической подготовленности учащихся: упражнение на гибкость, силу, упражнение на ловкость, скоростно-силовые качества, упражнение на скорость, выносливость. Преподаватель сам определяет, какие функциональные пробы и диагностические упражнения будет использовать в процедуре проведения мониторинга физического развития; готовит форму протокола или таблицы для занесения результатов. Представляет эти материалы для рассмотрения на цикловой предметной комиссии.
Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)
рассматривается при изучении теоретических сведений, включается в содержание учебных занятий, специальных упражнений профессионально-прикладного характера, в утреннюю и производственную гимнастику, в проведение физкультурно-оздоровительных и массовых спортивных мероприятий. Место прикладных упражнений на занятии зависит от конкретных заданий и взаимосвязи всех частей урока.
ППФП распределяется по всем темам программы, включается в самостоятельные занятия, а также занятия, проводимые перед выходом на производственную практику. Комплекс физкультурных мероприятий зависит от режима рабочего дня и профильности образовательного учреждения.
Изучение профессионально-прикладной физической подготовки отражает следующее:
- особенности профессиональной деятельности;
- задания прикладной физической подготовки при обучении данной профессии/специальности;
- средства профессионально-прикладной физической подготовки;
- рекомендуемые виды спорта для развития профессиональных качеств.
Легкая атлетика *решает задачи укрепления здоровья. Способствует развитию общей выносливости, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия и мышления. Кроссовая подготовка увеличивает резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышает защитные функции организма. Совершенствует координацию движений, силовую выносливость. Воспитывает смелость, выдержку, упорство в достижении цели.*

В содержание темы включены теоретические сведения, специальная физическая подготовка и, непосредственно, такие виды упражнений: бег на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный бег, кроссовый бег, прыжки с места и с разбега, прыжки в высоту, метания снарядов (малого мяча, гранаты). Значительная роль уделяется осмыслению при выполнении каждого упражнения (ее необходимость, значение, влияние на результативность работы при освоении будущей профессии/специальности).

Гимнастика *решает оздоровительные и профилактические задачи. Развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие, сенсоторику. Совершенствует память, внимание, мышление.*

Это базовая тема для изучения, состоящая из разделов: содержание учебного материала, государственные требования к уровню подготовки студентов, ориентировочные контрольные нормативы.

В раздел «Содержание учебного материала» внесены теоретические сведения, специальная физическая подготовка. В программе подготовки специалистов среднего звена обучающиеся выполняют акробатические упражнения (отдельно для девушек и юношей), висы и упоры, упражнения ритмической гимнастики для девушек и атлетической гимнастики для юношей. В процесс изучения акробатики для девушек и юношей включаются новые элементы и комбинации элементов упражнений. При сдаче зачетов, кроме изученных новых элементов, включаются упражнения, изученные в предыдущие годы. При обучении акробатическим комбинациям, упражнениям на равновесие, упражнениям на брусьях и перекладине (висы и упоры), преподаватель составляет комбинации, принимая во внимание имеющуюся материально-техническую базу и гимнастическое оборудование.

Спортивные игры *способствуют укреплению здоровья, развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции; дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения, формированию двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий или коммуникации, быстрое принятие решений. Воспитывают волевые качества, инициативность и самостоятельность.*

Спортивные игры являются одной из обязательных для освоения тем программы. При этом учебный материал адаптирован к занятиям со студентами разной подготовки и к разным годам обучения.

Раздел 3. «Структура и содержание учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура»

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	80ч.
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	40ч
В том числе:	
Лекции	
Лабораторные занятия (не предусмотрено)	
Практические занятия	
Контрольные работы (не предусмотрено)	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	40ч.
Отработка техники выполнения физических упражнений, выполнение домашних заданий после проведения мониторинга, подготовка сообщений, рефератов, презентаций, исследования и	

т.д., посещение спортивных секций, физическое самовоспитание и самосовершенствование в ЗОЖ	
Итоговая аттестация в форме Дифференцированный зачет	

3.2.Тематический план и содержание учебной дисциплины
ФК 00.01 «Физическая культура»

III курс

№ п/п	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	Учебно-методическая часть	**В ходе уроков в виде самостоятельной работы**
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	**Распределяется по всем темам**
3	Мониторинг физического развития	**2**
	Самостоятельная работа	**2**
4	Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	**8** **4**
	Самостоятельная работа	**12**
5	Спортивные игры	**10**
	Самостоятельная работа	**10**
6	Гимнастика	**6**
	Самостоятельная работа	**6**
7	Волейбол (виды спорта по выбору)	**10**
	Самостоятельная работа	**10**
	Всего	**40 часов**

Раздел 4. «Условия реализации учебной дисциплины ФК 00. Физическая культура»

Условия реализации учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета и спортивный зал.

Оборудование учебного кабинета:

- Посадочные места по количеству обучающихся;
- Рабочее место преподавателя;

№п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		

1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	**1**	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	**1**	
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре	**6**	
1.4	Учебник по физической культуре		
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению		В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей		Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные печатные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности		
2.2	Плакаты методические		Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригующим упражнениям
3	Экранно-звуковые пособия		
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»		
4	Учебно-практическое оборудование		
4.1	Щит баскетбольный игровой	**2**	
4.2	Щит баскетбольный тренировочный	**8**	
4.3	Стенка гимнастическая	**13**	
4.4	Скамейки гимнастические	**4**	
4.5	Стойки волейбольные	**1**	
4.6	Ворота для мини-футбола	**2**	

4.7	Обручи гимнастические	**15**	
4.8	Перекладина навесная универсальная	**13**	
4.9	Набор для подвижных игр		
4.10	Аптечка медицинская	**1**	
4.11	Спортивный туризм (палатки, рюкзаки, спальные мешки и т.п.)		
4.12	Стол для настольного тенниса	**2**	
4.13	Комплект для настольного тенниса	**2**	
4.14	Мячи футбольные	**3**	
4.15	Мячи волейбольные	**3**	
4.16	Мячи баскетбольные	**5**	
4.17	Сетка волейбольная	**1**	
4.18	Тренажеры (метбол)	**9**	
5	Спортивные залы (кабинеты)		
5.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		С раздевалками для юношей и девушек
5.2	Кабинет преподавателя		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы, книжные полки, шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи и контейнеры
6	Стадион (площадка)		
6.1	Легкоатлетическая дорожка		
6.2	Сектор для прыжков в длину		
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)		
6.4	Гимнастический городок		
6.5	Полоса препятствий		

4.1. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский «Здоровый образ жизни» 2010 год.

В.И.Дубровский «Лечебная физическая культура» 2006 год.

Б.И.Загорский, И.П.Залетаев, О.А.Черникова, О.В.Дашкевич «Физическая культура» практическое пособие М:2008 год.

В.П.Шеянов, А.Н.Макаров, О.А.Черникова «Физическая культура» учеб.М:2007 год.

Дополнительные источники:

http://window.edu.ru/

Раздел 5. «Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины»

Объектами оценки учебных достижений учащихся на уроках физической культуры являются:

1. Выполнение тест-оценивания физической подготовленности контрольного норматива (с учётом динамики личного результата), учебных нормативов по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств по учебному предмету «Физическая культура».
2. Техника выполнения учащимися физических упражнений.
3. Усвоение теоретических знаний.
4. Выполнение учебных задач во время проведения урока.

Порядок выполнения нормативов определяет преподаватель согласно календарно-тематическому планированию.

Объективная оценка уровня достижений обеспечивается:

- осуществлением индивидуального подхода, то есть созданием для учащегося условий, которые соответствуют особенностям его развития, уровню физической подготовленности, состоянию здоровья;
- гласностью оценки (своевременным информированием учащегося об уровне учебных достижений с кратким анализом выполнения учащимися двигательного действия);
- подбором контрольных нормативов для подготовительной и специальной медицинских групп с учётом медицинских показаний и противопоказаний (из программных требований, предъявляемых к учащимся, исключаются те виды учебной деятельности и контрольные нормативы, которые им противопоказаны).

Оценка техники выполнения физических упражнений, уровня усвоения теоретических знаний, выполнения учебных задач на уроке, может осуществляться как комплексно, так и раздельно. Указанные исключения не должны повлиять на итоговую оценку.

Критерии оценивания учебных достижений учащихся, отнесённых к основной и подготовительной медицинской группе*

Оценка	Критерии оценивания учебных достижений
5	Учащийся обладает устойчивыми, крепкими знаниями, владеет: техникой выполнения физических упражнений. Умело применяет их на практике. Проявляет познавательную активность, творческое отношение к обучению. Уверенно, чётко и безошибочно выполняет: практические упражнения и контрольные нормативы.
4	Учащийся выявляет знание и понимание большей части учебного материала. Владеет: техникой выполнения физических упражнений, способен применять учебный материал для выполнения физических упражнений, определённых учебной программой (с незначительными ошибками).
3	Учащийся знает и понимает основные положения учебного материала. Может выполнять технически правильно отдельные физические упражнения, определённые учебной программой. Способен выполнять отдельные контрольные учебные нормативы, а также большинство элементов физических упражнений с существенными ошибками.
2	Учащийся владеет: учебным материалом на элементарном уровне, может различать и выполнять отдельные элементы физических упражнений с помощью учителя.

Критерии оценивания учебных достижений учащихся, отнесённых к специальной медицинской группе

Оценка	Критерии оценивания учебных достижений
Зачтено 5	Учащийся обладает устойчивыми, крепкими знаниями. Владеет: техникой выполнения не противопоказанных упражнений, специальных

	оздоровительных физических упражнений, которые определены учебной программой для специальной медицинской группы. Умело применяет специальные оздоровительные физические упражнения для оздоровления своего организма
Зачтено 4	Учащийся выявляет знание и понимание большей части учебного материала. Владеет: техникой выполнения не противопоказанных упражнений, специальных оздоровительных физических упражнений, которые определены учебной программой для специальной медицинской группы с незначительными ошибками
Зачтено 3	Учащийся знает и понимает основные положения учебного материала. Может выполнять отдельные специальные оздоровительные физические упражнения, определённые учебной программой для специальной медицинской группы с существенными ошибками.
Зачтено 2	Учащийся владеет: учебным материалом на элементарном уровне, может различать и выполнять отдельные элементы специальных физических упражнений с помощью учителя.
Не зачтено 1	Учащийся не даёт ответа на поставленные вопросы. На уроке присутствует без спортивной формы. Нарушает правила безопасности жизнедеятельности.

Методические рекомендации к оцениванию учебных достижений учащихся дистанционной формы обучения

Основой оценивания уровня учебных достижений учащихся при дистанционной форме обучения физической культуре является усвоение теоретических и методических знаний и выполнение учебных заданий.

Оценивание проводится в соответствии с общими программными требованиями и критериями оценивания по физической культуре. Объектами оценки учебных достижений учащихся могут являться выполнение учебного норматива (с учётом динамики личного результата) - контроль можно проводить во время практических консультаций, при этом оценка не может иметь преимущества перед другими оценками). Ориентировочные контрольные нормативы выполняют только учащиеся основной медицинской группы и подготовительной медицинской группы. Контрольные нормативы для подготовительной и специальной медицинской группы подбираются с учётом медицинских показаний и противопоказаний. Оцениваться могут все учащиеся за усвоение теоретических и методических знаний и выполнение физических упражнений во время практических занятий, что даёт возможность аттестовать учащегося любой медицинской группы.

Объём знаний учащихся, выполнение упражнений и контрольных нормативов должны полностью соответствовать учебной программе по предмету «Физическая культура».

Невыполнение нормативов по причинам, не зависимым от учащегося, не может быть основанием для снижения итоговой оценки успешности школьника.

Оценка уровня усвоения теоретических и методических знаний, техники выполнения физических упражнений, выполнение учебных заданий может проводиться как комплексно, так и раздельно.

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» по профессии 43.01.02 Парикмахер - составленную преподавателем физической культуры: Стецюра М.В.

Рабочая программа разработана на основе Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образовательного стандарта (ГОС СПО) утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 18.07.2016г. №770 по указанной профессии, составлена в соответствии с примерными учебными планами для Учебных планов ГПОУ «Амвросиевский профессиональный лицей» для профессии 43.01.02 Парикмахер.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ГОС по учебной дисциплине ФК 00.01 «Физическая культура».

Программа данной дисциплины содержит пояснительную записку, тематический план, содержание, теоретический, практический, контрольный разделы, форму физического воспитания, врачебный контроль. Обязательные, контрольные и рекомендуемые нормативные требования и тесты для оценки физической подготовленности студентов основной и специальной медицинской группы, перечень рекомендуемой литературы.

В пояснительной записке дано описание назначения дисциплины, связь с другими дисциплинами, отражен уровень образовательной программы, определены основные знания, умения и навыки, какими должен овладеть студент после изучения дисциплины, в соответствии с государственными требованиями.

В тематическом плане раскрыта последовательность изучения разделов и тем программы, показано распределение часов по разделам и темам.

В Приложении к рабочей программе учебной дисциплины приводятся контрольные нормативы для оценки уровня усвоения учебного материала. Контрольные нормативы даются отдельно для основной медицинской группы. Даются ссылки на литературные источники для самостоятельной работы студентов.

Программа может быть рекомендована преподавателям физической культуры в качестве основного документа для подготовки студентов по предмету ФК 00.01 «Физическая культура».

Таким образом, данная рабочая программа учебной дисциплины ФК 00.01 «Физическая культура» рекомендуется для обсуждения на заседании цикловой комиссии и утверждения методическим советом ГПОУ «Амвросиевский профессиональный лицей».

Программа расчитана на 80 часов, что представляет собой обязательный минимум. Содержание программы полностью соответствует государственным требованиям к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по указанным выше специальностям и может быть рекомендовано для средних специальных учебных заведений.

Рецензент:
Преподаватель физической культуры А.Ф.Колесников