**Приложение 2.1.3**

**к ОПОП-П по профессии/специальности**

**43.02.17 Технологии индустрии красоты**

**Рабочая программа дисциплины**

**«СГ.01 История Россия»**

**Махачкала 2025 г.**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

1.[**Общая**](#_Toc156825288) **характеристика ………………………………………………………2**

1.1 Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы……2

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины ………………………...2

1.3. Обоснование часов вариативной части ОПОП-П…………………………3

**2. Структура в содержании дисципл**ины ……………………………………3

2.1. Структура в содержании дисциплины……………………………………..3

2.2 Тематический план и содержание дисциплины……………………………4

3.**Условия реализации дисциплины…………………………………………10**

3.1. Материально-техническое обеспечение…………………………………...10

3.2. Информационное обеспечение реализации программы…………………10 4.**Контроль и оценка знаний …………………………………………………11**

1. **Общая характеристика РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

«История России»

(наименование дисциплины)

**1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Цель дисциплины «История России» :формирование представлений об истории России как истории Отечества, основных вехах истории, воспитание базовых национальных ценностей, уважения к истории, культуре, традициям).

Дисциплина «История России» включена в обязательную часть (наименование) цикла образовательной программы/ вариативную часть образовательной программы

**1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины**

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Код ОК,***  ***ПК*** | **Уметь** | **Знать** | **Владеть навыками** |
| ОК 03,  ОК 06 | - ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире;  - выявлять взаимосвязь российских, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем.  регулировать свою деятельность с использованием понятийного и познавательного инструментария изучаемых областей знаний;  определять последовательность и длительность исторических событий, явлений, процессов;  соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, оценивать правильность решения учебной задачи;  работать с учебной и внешкольной информацией (анализировать графическую, художественную, текстовую, аудиовизуальную и прочую информацию, обобщать факты, составлять план, тезисы, формулировать и обосновывать выводы и т. д.); | - историю нашей страны с древнейших времён до наших дней  историю России как неотъемлемую часть мирового исторического процесса;  знать основные даты и временные периоды всеобщей и отечественной истории из раздела дидактических единиц;  изученный материал для решения познавательных задач; | Грамотной речи и логического мышления |

* 1. **Обоснование часов вариативной части ОПОП-П**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№ п/п** | **Дополнительные знания, умения, навыки *(если указаны ПК)*** | **№, наименование темы** | **Объем часов** | **Обоснование включения в рабочую программу** |
| - | - | - | - | - |

**2.** **Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Трудоемкость освоения дисциплины**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование составных частей дисциплины** | **Объем в часах** | **В т.ч. в форме практ. подготовки** |
| Учебные занятия | 30 | 20 |
| *Консультация* | - | - |
| Самостоятельная работа | - | - |
| Промежуточная аттестация в *форме дифференцированного зачёта* |  |  |
| Всего | 50 |  |

**2.2. Содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся** | **Объем, ак. ч./  в том числе  в форме практической подготовки, ак. ч.** | **Коды компетенций,  формированию которых способствует элемент программы** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ РОССИИ В СИСТЕМЕ МИРОВОЙ ИСТОРИИ** | | **2** |  |
| **Тема 1.1. Отечественная история  в системе научных дисциплин** | **Содержание учебного материала**  Сущность, формы, функции исторического знания. Методы и источники  изучения истории. Понятие и классификация исторического источника. Отечественная историография в прошлом и настоящем: общее и особенное. Методология и теория исторической науки. Периодизации Отечественной истории. Спорные вопросы в курсе Отечественной истории. Место и роль истории в системе общественных дисциплин. История России - неотъемлемая часть всемирной истории. Античное наследие в эпоху Великого переселения народов. Проблема этногенеза восточных славян. Основные этапы исторического развития человеческого общества и основные их черты, периоды в истории России и их специфика, основные исторические подходы и концепции  к изучаемой дисциплине. | 2 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| **РАЗДЕЛ 2. ЭПОХА ДРЕВНЕЙ РУСИ. (IХ – ХIV ВВ.)** | | **10** |  |
| **Тема 2.1. Эпоха Древней Руси IХ – ХIV** | **Содержание учебного материала**  Античное наследие в эпоху Великого переселения народов. Проблема этногенеза восточных славян. Древние авторы о быте и нравах восточных славян. Повесть временных лет как основной исторический источник по древнейшей истории Руси. Основные этапы становления государственности. Образование древнерусского государства: спорные вопросы. Норманнская теория и антинорманизм. Варяжские походы на Византию и договоры с греками. Княжение Игоря, св. Ольги и Святослава. Владимир и его реформы. Крещения Руси и его значение. Древняя Русь и кочевники. Византийско-древнерусские связи. Особенности социального строя Древней Руси. Этнокультурные и социально-политические процессы становления русской государственности Деятельность Ярослава Мудрого. Русская Правда. Русь в эпоху политической раздробленности. Причины и последствия междоусобицы. Борьба с половцами. Владимир Мономах. Борьба с шведско-немецкой интервенцией. Деятельность Александра Невского. Монголо-татарское иго и борьба с ним. Куликовская битва и ее историческое значение. Русь и Орда: проблемы взаимовлияния. Россия и средневековые государства Европы и Азии. | 6 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд  по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
| Практическая работа | 4 |
| Сравнение развития Руси и Западной Европы в ХI –ХIII в. |  |
| **РАЗДЕЛ 3. ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ МОСКОВСКОГО ГОСУДАРСТВА ХV – ХVI ВВ.** | | **6** |  |
| **Тема 3.1. Московское государство: основные вехи исторического пути** | **Содержание учебного материала**  Специфика формирования единого российского государства. Борьба Москвы с Тверью  за великое княжение. Причины и последствия усиление Московского княжества. Иван Калита. Правления Ивана III. Судебник 1496 и начало закрепощения крестьян, зарождение сословно-представительной монархии. Формирование идеологии «Москва-третий Рим». Политическая  и духовная жизнь России в конце ХV – конце ХVI в. Внутренняя политика Ивана Грозного  и основные реформы. Опричнина и ее последствия. Внешняя политика Московского государства во времена Ивана Грозного. | 4 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд  по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории | 1 |
| Практическая работа | 2 |
| Заполнение таблицы «Реформы в эпоху Ивана Грозного» (название реформы, время проведения, основные мероприятия, цель реформы, итоги) | 1 |
| Составление таблицы о внешней политики России при Иване Грозном (даты, главные внешнеполитические события) | 1 |
| **РАЗДЕЛ 4. РОССИЙСКОЕ ГОСУДАРСТВО В ЭПОХУ НОВОГО ВРЕМЕНИ** | | **6** |  |
| **Тема 4.1. Российское государство в эпоху Нового времени** | **Содержание учебного материала**  Период Нового времени в истории России и его критерии: основные подходы. Политическая жизнь России в начале ХVII. Усиление закрепощения крестьян. Духовная и политическая жизнь России в Смутное время. Истоки и сущность русского самозванства. Причины, этапы  и последствия Смуты. Земский Собор и формирование новой династии. Внешняя и внутренняя политика России в ХVII в. Церковный раскол и его последствия. Формирование сословной системы организации общества. Реформы Петра 1. и их последствия. Предпосылки  и особенности складывания российского абсолютизма. Дискуссии о генезисе самодержавия. Северная война. Формирование Российской империи. Основные направления внешней политики в первой половине ХVIII в. Борьба за власть между различными группировками после смерти Петра I Царствование Петра II. Кондиции 1730 г. Бироновщина. Дворцовые перевороты средины века. Правление Елизаветы Петровны | 4 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
| Практическая работа | 2 |
| Заполнение таблицы «Реформы эпохи Петра I» (название реформы, время проведения, основные мероприятия, цель реформы, итоги) |  |
| **РАЗДЕЛ 5. РОССИЯ В ПЕРИОД ПРОСВЕЩЕННОГО АБСОЛЮТИЗМА** | | **6** |  |
| **Тема 5.1. Россия в эпоху Просвещенного абсолютизма.** | **Содержание учебного материала**  Социально-политическое развитие России в екатерининское время. Политика Просвещенного абсолютизма: суть, цели, основные направления. Екатерининские реформы и их последствия. Формирование и развитие движения русских просветителей. Влияние Великой Французской революции на общественную мысль России к ХVIII в. Причины и основные этапы Крестьянской войны 1773 – 1775 гг. Основные направления внешней политики России в эпоху Екатерины II. Присоединение Кубани и Крыма. Политика Российской империи на С. Кавказе. Внутренняя и внешняя политика России при Павле I. (1796-1801 г.) | 2 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
| Практическая работа | 4 |
| Заполнение таблицы «Внешняя политика России в ХVIII в.» (даты, основные внешнеполитические события, участники, итоги) |  |
| **РАЗДЕЛ 6. СОЦИАЛЬНО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ И ЭКОНОМИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ В ПЕРВОЙ ПОЛОВИНЕ ХIХ В.** | | **4** |  |
| **Тема 6.1. Социально-политическое и экономическое развитие Российской**  **империи в первой половине ХIХ в.** | **Содержание учебного материала**  Особенности экономического развития России в дореформенный период. Реформы Александра I. Эволюция форм собственности на землю. Крепостное право в России. Мануфактурно-промышленное производство. Становление индустриального общества в России: общее  и особенное. Отечественная война 1812 г. в отечественной и западной историографии. Причины, суть, последствия восстания декабристов. Правление Николая I.: внутренняя и внешняя политика. Общественная мысль и особенности общественного движения России ХIХ в. Реформы и реформаторы в России. Русская культура Х1Х века и ее вклад в мировую культуру | 2 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
|  | Практическая работа | 2 |  |
|  | Составить таблицу по реформам Павла I. |  |  |
| **РАЗДЕЛ 7. РОССИЙСКАЯ ИМПЕРИЯ В ЭПОХУ БУРЖУАЗНЫХ РЕФОРМ И КОНТРРЕФОРМ ХIХ В.** | | **4** |  |
| **Тема 7.1. Россия в эпоху буржуазных реформ (2 половина ХIХ в.)** | **Содержание учебного материала**  Политическое и социальное развитие России накануне Крымской войне. Крымская война и ее последствия. Причины буржуазных реформ. Основные положения реформы 19 февраля 1861 г. Земская реформа (1864 г.) Судебная реформа (1864 г.) Реформа городского самоуправления (1870 г.) Ликвидация рекрутчины и введение всеобщей воинской повинности (1874 г.) Университетские и академические (духовных школ) уставы. Итоги либеральных реформ  60-70-х гг. ХIХ в и их недостатки. Формирование народнического движения. Контрреформы Александра III | 2 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
| Практическая работа | 2 |
| Заполните Таблицу «Буржуазные реформы второй половины ХIХ в» (название реформы, время проведения, основные мероприятия, цель реформы, итоги) |  |
| **РАЗДЕЛ 8. РОССИЙСКАЯ ИМПЕРИЯ В ЭПОХУ ИМПЕРИАЛИЗМА И РУССКИХ РЕВОЛЮЦИЙ** | | **6** |  |
| **Тема 8.1. Российская империя в эпоху империализма и русских**  **революций** | **Содержание учебного материала**  Политическая и экономическая жизнь России в конце ХIХ в. Общероссийская перепись 1897 г. как исторический источник. Формирование пролетариата и развитие рабочего класса. Распространение марксизма в России. С.Ю. Витте и начало хозяйственной модернизации. Место России в мировом сообществе. Русско-японская война итоги и последствия. Причины первой русской революции 1905-1907 гг. Образование политических партий. Манифест  17 октября 1905 г. Первая и вторая государственные думы. Реформы П.А. Столыпина. Третья  и четвертая государственная дума. Первая мировая война. Февральская революция | 4 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории. |  |
| Практическая работа | 2 |
| Сравнительный анализ Февральской и Октябрьской революций (дата, цель, движущая сила, участвующие партии, итоги) |  |
| **РАЗДЕЛ 9. СОВЕТСКИЙ И СОВРЕМЕННЫЙ ПЕРИОД В ИСТОРИИ РОССИИ** | | **6** |  |
| **Тема 9.1. Советский и современный период в истории России.** | **Содержание учебного материала**  Причины и последствия событий 25 октября 1917 г. Первые декреты Советской власти. Гражданская война и интервенция, их результаты и последствия. Российская эмиграция. Социально-экономическое развитие страны в 20-е гг. НЭП. Формирование однопартийного политического режима. Образование СССР. Культурная жизнь страны в 20-е гг. Внешняя политика. Курс на строительство социализма в одной стране и его последствия. Социально-экономические преобразования в 30-е гг. Усиление режима личной власти Сталина. Сопротивление сталинизму. СССР накануне и в начальный период второй мировой войны. Великая Отечественная война. Социально-экономическое развитие, общественно-политическая жизнь, культура, внешняя политика СССР в послевоенные годы. Холодная война. Попытки осуществления политических и экономических реформ. НТР и ее влияние на ход общественного развития. СССР в середине 60-80-х гг.: нарастание кризисных явлений. Советский Союз в 1985-1991 гг. Постсоветский период в истории России. Перестройка. Попытка государственного переворота 1991 г. и ее провал. Распад СССР. Беловежские соглашения. Октябрьские события 1993 г. Становление новой российской государственности (1993-1999 гг.). Россия на пути радикальной социально-экономической модернизации. Культура в современной России. Внешнеполитическая деятельность в условиях новой геополитической ситуации. Россия в условиях современной модернизации | 4 | ОК 02, ОК 03  ОК 05, ОК 06  ОК 09 |
| Знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль в истории |  |
| Практическая работа | 2 |
| Февральская и Октябрьская революция: сравнительный анализ |  |
|  | Сравнение целей и задач красного и белого движения. Почему большевикам удалось победить  в гражданской войне |  |
|  | **Промежуточная аттестация**- дифференцированный зачёт | 2 |
|  | **Всего:** | **50** |

**3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Материально-техническое обеспечение**

Кабинет(ы)213*,ОПОП),* оснащенный(е) ноутбуком и проектором

**Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации 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 Учебно-методическое обеспечение**

**3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания**

1.Наименование.

1. История / П.С.Самыгин [и др.] - Изд.20-е, перераб. и доп. – Ростов н/Д : Феникс, 2019. – 474, [1]с. – (Среднее профессиональное образование ).
2. 2.История: учеб. пособие / П.С. Самыгин, С.И. Самыгин, В.Н. Шевелев, Е.В. Шевелева. – М. : ИНФРА-М, 2019. – 528 с.
3. Кириллов, В. В. История России : учебник для среднего профессионального образования / В. В. Кириллов, М. А. Бравина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 565 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08560-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/470181> (дата обращения: 05.08.2021).
4. Пленков, О. Ю*.* История новейшего времени для колледжей : учебное пособие для среднего профессионального образования / О. Ю. Пленков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 368 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11113-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475067> (дата обращения: 05.08.2021).
5. Степанова, Л. Г. История России. Практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. Г. Степанова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 231 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10705-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475018> (дата обращения: 05.08.2021).

**3.2.2. Дополнительные источники**

1.Наименование.

1 Электронно-библиотечная система «Лань». (Режим доступа): URL: [https://e.lanbook.com/](https://e.lanbook.com/book/92346)

2. Электронно-библиотечная система «Знаниум». (Режим доступа): URL: <https://znanium.com/>

3. Научная электронная библиотека «eLibrary». (Режим доступа): URL: <https://elibrary.ru/>

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Критерии оценки** | **Методы оценки** |
| **Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:**  Основные этапы исторического развития человеческого общества  и основные их черты, периоды в истории России  и их специфику, основные исторические подходы  и концепции к изучаемой дисциплине, знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль  в истории | Знание основных этапов исторического развития человеческого общества  и основные их черты, периоды  в истории России и их специфику, основные исторические подходы  и концепции к изучаемой дисциплине, знаковые исторические события и их влияние на исторический процесс, хронологический ряд по изучаемому курсу, исторических деятелей, сыгравших важную роль  в истории | **Текущий контроль:**  - тестирование;  - устный опрос;  - оценка подготовленных  обучающимися сообщений,  докладов, эссе, мультимедийных презентаций.  Итоговый контроль:  - защита подготовленных обучающимися мультимедийных презентаций по одной  из предложенных тем;  - компьютерный тест  на знание терминологии |
| **Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:**  Определять причину того или иного явления, отличать причину от предпосылки, выделять как общие черты, так и специфику, анализировать то или иное явление, выбирать  и использовать методы научного исследования, формулировать собственную научную концепцию, видеть взаимосвязь между причиной и следствием, использовать полученные знания  в деятельности | Умение определять причину того или иного явления, отличать причину  от предпосылки, выделять как общие черты, так и специфику, анализировать то или иное явление, выбирать  и использовать методы научного исследования, формулировать собственную научную концепцию, видеть взаимосвязь между причиной и следствием, использовать полученные знания в педагогической деятельности | Оценка результатов выполнения практической работы  Экспертное наблюдение  за ходом выполнения практической работы |

**Приложение 2.1.3**

**к ОПОП-П по профессии/специальности**

**43.02.17 Технологии индустрии красоты**

**Рабочая программа дисциплины**

**«СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности»**

**2024**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

[СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825287)

[1. Общая характеристика 4](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825288)

[1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы 4](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825289)

[1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины 4](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825290)

[2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ 4](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825291)

[2.1. Трудоемкость освоения дисциплины 4](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825292)

[2.2. Содержание дисциплины 5](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825293)

[2.3. Курсовой проект (работа) 6](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825295)

[3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ 7](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825296)

[3.1. Материально-техническое обеспечение 7](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825297)

[3.2. Учебно-методическое обеспечение 7](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825298)

[4. Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ 7](file:///C:\Users\user\Desktop\программа%20ТИК\англ%20яз.docx#_Toc156825299)

1. **Общая характеристика РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности»**

(наименование дисциплины)

**1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Цель дисциплины **«СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности»**

* понимание иностранного языка как средства межличностного и профессионального общения, инструмента познания, самообразования, социализации и самореализации в полиязычном и поликультурном мире;
* формирование иноязычной коммуникативной компетенции в совокупности ее составляющих: речевой, языковой, социокультурной, компенсаторной и учебно-познавательной;
* развитие национального самосознания, общечеловеческих ценностей, стремления к лучшему пониманию культуры своего народа и народов стран изучаемого языка.

Дисциплина **«СГ.02 Иностранный язык в профессиональной деятельности»**

включена в обязательную часть социально-гуманитарного цикла образовательной программы

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен[[1]](#footnote-1):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код**  **ПК, ОК** | **Уметь** | **Знать** | **Владеть навыками** |
| **ОК 01.** Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам  **ОК 02**. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; Владеть основными видами речевой деятельности (чтение, письмо, аудирование, говорение) на общебытовые и профессиональные темы. Поддерживать диалог с воображаемыми коллегами/ клиентами на тему основных профессиональных услуг с соблюдением норм речевого этикета, принятых в стране/странах изучаемого языка. Создавать устные связанные монологические высказывания на профессиональные с темы с изложением своего мнения/ краткой аргументации на Профессиональная терминология. Основные грамматические конструкции. Источники профессиональной информации (в том числе интернет ресурсы профессиональной направленности). Основные виды словарей и электронные системы перевода, принципы их использования.  **ОК 03.** Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;  **ОК 04**. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;  **ОК 05.** Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;  **ОК 06.** Проявлять гражданско -патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;  **ОК 09**. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках. | Владеть основными видами речевой деятельности (чтение, письмо, аудирование, говорение) на общебытовые и профессиональные темы. Поддерживать диалог с воображаемыми коллегами/ клиентами на тему основных профессиональных услуг с соблюдением норм речевого этикета, принятых в стране/странах изучаемого языка. Создавать устные связанные монологические высказывания на профессиональные с темы с изложением своего мнения/ краткой аргументации на общебытовые и профессиональные темы на основе гражданско-патриотической позиции и с учетом традиционных общечеловеческих ценностей. Находить в текстах заданную информацию для выполнения задач профессиональной деятельности и информацию, которая помогает реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие и предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере. Разбираться в профессиональной документации на государственном и английском языках. Воспринимать на слух звучащие тексты/диалоги, содержащие отдельные неизученные языковые явления, не препятствующие решению коммуникативной задачи. Владеть социокультурными знаниями и умениями: знать/понимать различия в ситуациях официального и неофициального общения и использовать лексико-грамматические средства с учетом этих различий. Сравнивать, классифицировать, систематизировать и обобщать по существенным признакам изученные языковые (лексические и грамматические) явления Иметь опыт практической деятельности в повседневной жизни: участвовать в учебно-исследовательской проектной деятельности предметного и межпредметного характера с использованием материалов на изучаемом иностранном языке с применением информационно-коммуникационных технологий. Использовать современные словари, в том числе электронные. | Знать профессиональную терминологию. Основные грамматические конструкции. Источники профессиональной информации (в том числе интернет ресурсы профессиональной направленности). Основные виды словарей и электронные системы перевода, принципы их использования. |  |

* 1. **Обоснование часов вариативной части ОПОП-П**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№ п/п** | **Дополнительные знания, умения, навыки *(если указаны ПК)*** | **№, наименование темы** | **Объем часов** | **Обоснование включения в рабочую программу** |
| - | - | - | - | - |

**2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Трудоемкость освоения дисциплины**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование составных частей дисциплины** | **Объем в часах** | **В т.ч. в форме практ. подготовки** |
| Учебные занятия[[2]](#footnote-2) | 132 | - |
| *Курсовая работа (проект)* | - | - |
| Самостоятельная работа | - | - |
| Промежуточная аттестация в *форме (зачет, диф.зачет, экзамен)* | 2 | - |
| Всего | **134** | **-** |

**2.2. Содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся** | **Объем, ак. ч /  в том числе  в форме практической подготовки,  ак. ч** | **Коды компетенций,  формированию которых способствует элемент программы** |
| **Раздел 1. Профессии индустрии красоты** | | **32** |  |
| **Тема 1.1. Внешность. Черты лица, фигура. Особенности характера** | **Содержание учебного материала**  Внешность. Черты лица, фигура. Особенности характера | **14** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - предложения со сложным дополнением типа I want you to come here;  - сложноподчиненные предложения с союзами for, as, till, until, (as) though;  - предложения с союзами neither…nor, either…or; |  |
| **Тема 1.2. Профессии специалиста индустрии красоты** | **Содержание учебного материала**  Профессии специалиста индустрии красоты | **10** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - глаголы в страдательном залоге, преимущественно в Indefinite Passive;  -сложноподчиненные предложения с придаточными типа If I were you, I would do English, instead of French. |  |
| **Тема 1.3.**  **Функциональные обязанности специалиста индустрии красоты** | **Содержание учебного материала**  Функциональные обязанности специалиста индустрии красоты | **8** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - предложения со сложным дополнением типа I want you to come here;  -сложноподчиненные предложения с союзами for, as, till, until, (as) though;  -сложноподчиненные предложения с придаточными типа If I were you, I would do English, instead of French;  Глаголы в страдательном залоге, преимущественно в Indefinite Passive |  |
| **Раздел 2. Предоставление услуг индустрии красоты** | | **60** |  |
| **Тема 2.1. Парикмахерское искусство** | **Содержание учебного материала**  Профессия парикмахер, волосы: структура, строение. Уход за волосами. Прическа. Окрашивание и завивка волос. | **26** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал для продуктивного усвоения:  - распознавание и употребление в речи изученных ранее коммуникативных и структурных типов предложения;  - систематизация знаний о сложносочиненных и сложноподчиненных предложениях, в том числе условных предложениях (Conditional I, II, III) |  |
| **Тема 2.2. Косметология.** | **Содержание учебного материала**  **Строение кожи, ее физиологические свойств, виды. Средства по уходу за кожей лица и тела. Уход за кожей в домашних условиях** | **12** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - дифференциальные признаки глаголов в Past Continuous;  - признаки инфинитива и инфинитивных оборотов и способы передачи их значений на родном языке. |  |
| **Тема 2.3.**  **Физиология старения кожи.** | **Содержание учебного материала**  Физиология старения кожи. Предупреждение старения кожи. Методы омолаживания кожи | **8** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - глаголы в страдательном залоге.  Дифференциальные признаки глаголов в Past Perfect, Past Continuous, Future in the Past;  Признаки инфинитива и инфинитивных оборотов и способы передачи их значений на родном языке.  Признаки и значения слов и словосочетаний с формами на –ing без обязательного различения их функций. |  |
| **Тема 2.4. Декоративная косметика. Техники маникюра и педикюра** | **Содержание учебного материала**  Декоративная косметика. Техники маникюра и педикюра | **14** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - инфинитив и инфинитивные обороты и способы передачи их значений на родном языке.  - признаки и значения слов и словосочетаний с формами на –ing без обязательного различения их функций |  |
| **Раздел 3. Предприятие индустрии красоты** | | **40** |  |
| **Тема 3.1. Предприятие индустрии красоты.** | **Содержание учебного материала**  Предприятие индустрии красоты. Оборудование предприятия индустрии красоты. Профессиональные инструменты. Персонал | **12** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - дифференциальные признаки глаголов в Past Perfect, Past Continuous, Future in the Past;  - признаки инфинитива и инфинитивных оборотов и способы передачи их значений на родном языке |  |
| **Тема 3.2.**  **Мода и стиль в индустрии красоты.** | **Содержание учебного материала**  Мода и стиль в индустрии красоты. Обобщение терминов в индустрии красоты.  Направления моды, бренды индустрии красоты | **10** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал для продуктивного усвоения:  - распознавание и употребление в речи изученных ранее коммуникативных и структурных типов предложения;  - машинный перевод. |  |
| **Раздел 4. Профессиональная этика** | |  |  |
| **Тема 4.1. Профессиональная этика.** | **Содержание учебного материала**  Профессиональная этика. Поведение работника предприятия индустрии красоты. Профессиональный имидж | **6** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - конструкция to have (get) something done;  - структурная организация текста;  - аннотирование текста, статьи. |  |
| **Тема 4.2. Поиск работы** | **Содержание учебного материала**  Резюме, собеседование, правила заполнения документов | **12** | ОК 01-06  ОК 09 |
| **Тематика практических занятий**  Лексический материал по теме.  Грамматический материал:  - реферирование, текста, статьи;  - виды и средства связи в тексте;  - выражения, организующие структуру текста. |  |
| **Промежуточная аттестация** | | **2** |  |
| **Всего:** | | **136** |  |

**3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Материально-техническое обеспечение**

Кабинет «Иностранного языка», оснащенный в соответствии с с приложением 3 ОПОП-П.

**Оборудование учебного кабинета «Английский язык»:**

* посадочные места по количеству обучающихся;
* рабочее место преподавателя;
* доска учебная
* комплект учебно-наглядных пособий;
* типовые комплекты учебного оборудования учебной дисциплины;

**Технические средства обучения:**

* Компьютер с лицензионным программным обеспечением;
* Ноутбуки
* Наушники
* Видеооборудование (телевизор)

**3.2. Учебно-методическое обеспечение**

**3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания**

**Основные источники:**

1. Щербакова Н.И. Английский язык для специалистов индустрии красоты: учебное пособие/ Н.И.Щербакова.-2-е изд., испр.- Москва: КРОКУС, 2020 г.

**Дополнительные источники:**

1. Агабекян И.П. Английский язык. 17-е изд., стер. Гриф МО РФ. – Изд. Феникс, 2020 г.
2. Безкоровайная Г. Т., Койранская Е. А., Соколова Н. И., Лаврик Г. В. PlanetofEnglish: учебник английского языка для учреждений СПО. – М.: Академия, 2020.
3. Голубев А. П., Балюк Н. В., Смирнова И. Б. Английский язык: учебник для студ. учреждений сред.проф. образования.– М.: 2020

**Интернет ресурсы:**

1. [www.nonstopenglish.com](http://www.nonstopenglish.com)
2. [www.macmillan.ru](http://www.macmillan.ru)
3. [www.enhome.ru](http://www.enhome.ru)
4. [www.study.ru](http://www.study.ru)
5. enghelp.ru
6. [www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish](http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish)
7. [www.britishcouncil.org/learning-elt-resources.htm](http://www.britishcouncil.org/learning-elt-resources.htm)
8. [www.handoutsonline.com](http://www.handoutsonline.com)
9. [www.enlish-to-go.com](http://www.enlish-to-go.com) (for teachers and students)
10. [www.bbc.co.uk/videonation](http://www.bbc.co.uk/videonation) (authentic video clips on a variety of topics)
11. [www.icons.org.uk](http://www.icons.org.uk)

**Методические материалы:**

1. www.prosv.ru/umk/sportlight Teacher’s Portfolio
2. www.standart.edu.ru
3. [www.internet-school.ru](http://www.internet-school.ru)

**4. Контроль и оценка результатов   
освоения ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Показатели освоенности компетенций** | **Методы оценки** |
| * Владеть основными видами речевой деятельности * Поддерживать диалог с воображаемыми коллегами/ клиентами на тему основных профессиональных услуг * Создавать устные связанные монологические высказывания на профессиональные с темы * Находить в текстах заданную информацию для выполнения задач профессиональной деятельности * Разбираться в профессиональной документации на государственном и английском языках. * Воспринимать на слух звучащие тексты/диалоги на профессиональную тему * Владеть социокультурными знаниями и умениями страны изучаемого языка * Сравнивать, классифицировать, систематизировать и обобщать по существенным признакам изученные языковые (лексические и грамматические) явления * Иметь опыт практической деятельности в повседневной жизни с использованием материалов на изучаемом иностранном языке с применением информационно-коммуникационных технологий. * Использовать современные словари, в том числе электронные. | Знание профессиональной терминологии.  Знание основных грамматических конструкции.  Знание источники профессиональной информации (в том числе интернет ресурсы профессиональной направленности).  Знание основных видов словарей и электронных систем перевода, принципов их использования. | -текущий контроль:  - тестирование;  - устный опрос;  -оценка подготовленных  обучающимися сообщений,  докладов, эссе, мультимедийных презентаций |

**Приложение 2.1.1**

**к ОПОП-П по специальности**

**43.02.17 Технология индустрии красоты**

**Рабочая программа дисциплины**

**«СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

[СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3](#_Toc156825287)

[1. Общая характеристика 4](#_Toc156825288)

[1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы 4](#_Toc156825289)

[1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины 4](#_Toc156825290)

[2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ 4](#_Toc156825291)

[2.1. Трудоемкость освоения дисциплины 4](#_Toc156825292)

[2.2. Содержание дисциплины 5](#_Toc156825293)

[2.3. Курсовой проект (работа) 6](#_Toc156825295)

[3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ 7](#_Toc156825296)

[3.1. Материально-техническое обеспечение 7](#_Toc156825297)

[3.2. Учебно-методическое обеспечение 7](#_Toc156825298)

[4. Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ 7](#_Toc156825299)

**1.Общая характеристикаРАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

(наименование дисциплины)

**1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Цель дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»: вооружить будущих специалистов теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных ФГОССПО.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» включена в обязательную часть социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОССПОпо специальности43.02.17Технологии индустрии красоты.

ОсобоезначениедисциплинаимеетприформированиииразвитииОК01,02,04,07.

**1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины**

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен[[3]](#footnote-3):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Код ОК,***  ***ПК*** | **Уметь** | **Знать** | **Владеть навыками** |
| ОК 01  ОК 02  ОК 04  ОК 07 | пользоваться первичными средствами пожаротушения;  применять правила поведения  в чрезвычайных ситуациях природного и  техногенного характера и при угрозе  террористического акта;  обеспечивать устойчивость объектов экономики;  прогнозировать развитие событий и оценку последствий при техногенных  чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму;  -применять правила поведения и действия по сигналам гражданской  обороны;  соблюдать нормы экологической безопасности;  определять направления  ресурсосбережения в рамках  профессиональной деятельности  по специальности  определять виды Вооруженных Сил, рода  войск;  ориентироваться в воинских званиях  Военнослужащих Вооруженных Сил  Российской Федерации;  владеть общей физической и строевой подготовкой;  пользоваться знаниями в области обязательной подготовки граждан  к военной службе;  демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим  оказывать первую медицинскую помощь  в различных ситуациях;  осуществлять профилактику  инфекционных заболеваний;  определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние;  составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком  питания | основы пожаробезопасности  и электробезопасности;  меры пожарной безопасности и правила  безопасного поведения при пожарах;  способы защиты населения от оружия  массового поражения;  принципы обеспечения устойчивости  объектов экономики, прогнозирования  развития событий и оценки последствий  при техногенных чрезвычайных  ситуациях и стихийных явлениях, в том числе  в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной  безопасности России;  задачи и основные мероприятия  гражданской обороны  основы военной службы и обороны  государства;  основные виды вооружения, военной  техники и специального снаряжения,  состоящих на вооружении (оснащении)  воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные  специальностям СПО;  организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном  порядке;  область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;  основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим  общие характеристики поражений организма человека от воздействия опасных факторов;  классификация и общие признаки  инфекционных заболеваний;  основы здорового образа жизни | *-* |
|  |

* 1. **Обоснование часов вариативной части ОПОП-П**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№ п/п** | **Дополнительные знания, умения, навыки*(если указаны ПК)*** | **№, наименование темы** | **Объем часов** | **Обоснование включения в рабочую программу** |
|  | - | - | - | - |

**2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Трудоемкость освоения дисциплины**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование составных частей дисциплины** | **Объем в часах** | **В т.ч. в форме практ. подготовки** |
| Учебные занятия[[4]](#footnote-4) | **68** | 48 |
| *Курсовая работа (проект)* | - | - |
| Самостоятельная работа | - | - |
| Промежуточная аттестация в *форме диф.зачет* | 2 |  |
| Всего | **68** | **48** |

**2**.**2 Тематический план и содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся** | **Объем часов** | **Коды компетенций, формированию которых**  **Способствует элемент программы** |
| ***1*** | ***2*** | ***3*** | ***4*** |
| **Раздел1. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях** | | **22** |  |
|  | **Содержание учебного материала** | **8** |  |
| **Тема 1.1.** | Цели и задачи изучения дисциплины. Понятие и общая классификация |  |  |
| **Чрезвычайные**  **ситуации мирного** | Чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуацииприродногоитехногенногохарактера.Чрезвычайныеситуациисоциальногопроисхождения.Терроризми | **2** |  |
| **времени и защита от** | меры по его предупреждению. Основы пожаробезопасности и |  |  |
| **них** | электробезопасности |  | ОК01, ОК02, |
|  | **В том числе практических занятий** | **6** | ОК04,ОК07 |
|  | Практическое занятие№1. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях |  |  |
|  | Природного характера и техногенного характера | 2 |  |
|  | Практическое занятие№2. Правила безопасного поведения при угрозе |  |  |
|  | Террористического акта. | 2 |  |
|  | Практическоезанятие№3.Изучениепервичныхсредствпожаротушения. | 2 |  |
|  | **Содержание учебного материала** | **8** |  |
| **Тема 1.2.** | Ядерное оружие и его поражающие факторы. Действия населения в очаге |  |  |
| **Способы защиты** | Ядерного поражения. Химическое оружие и его характеристика. Действия |  |  |
| **Населения от оружия**  **Массового поражения** | Населения в очаге химического поражения. Средства индивидуальной защиты  Населения. | **4** |  |
|  | Биологическое оружие и его характеристика. Действие населения в очаге |  | ОК01, ОК02, |
|  | биологического поражения. Защита населения при радиоактивном и |  | ОК04,ОК07 |
|  | Химическом заражении местности. Средства коллективной защиты населения |  |  |
|  | **В том числе практических занятий** | **4** |  |
|  | Практическоезанятие№4.Правила поведения и действия в очаге химического |  |  |
|  | и биологического поражения | 2 |  |
|  | Практическоезанятие№5.Использование средств индивидуальной защиты от |  |  |
|  | поражающих факторов при ЧС | 2 |  |
| **Тема 1.3.** | **Содержание учебного материала** | **6** | ОК01, ОК02, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях** | Устойчивость работы объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Единаягосударственнаясистемапредупрежденияиликвидациичрезвычайныхситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности  граждан | **2** | ОК04,ОК07 |
| Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура  Гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам гражданской обороны |
| **В том числе практических занятий** | **4** |
| Практическоезанятие№6.Правилаповеденияидействияпосигналам  гражданской обороны | 2 |
| Практическоезанятие№7.Изучениеспособовбесконфликтногообщенияи  саморегуляции | 2 |
| **Раздел2.Основы военной службы и медицинской подготовки** | | **46** |  |
| **Модуль «Основы военной службы» (для юношей)** | | **46** |  |
| **Тема 2.1**.**Основы военной безопасности Российской Федерации** | **Содержание учебного материала** | **8** | ОК01, ОК02,  ОК04,ОК07 |
| Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской  Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан | **2** |
| Организация обороны Российской Федерации |
| **В том числе практических занятий** | **6** |
| Практическоезанятие№8. Организация обороны Российской Федерации | 2 |
| Практическое занятие № 9-10. Нормативные документы о воинской  обязанности и воинском учете | 4 |
| **Тема 2.2.Вооруженные Силы Российской Федерации** | **Содержание учебного материала** | **8** | ОК01, ОК02,  ОК04,ОК07 |
| Русская военная сила–от княжеских дружин доракетно-космических войск.  Назначение и задачи Вооруженных Сил | **2** |
| Состав Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами |
| РеформаВооруженныхСилРоссийскойФедерации2008-2020гг |
| **В том числе практических занятий** | **6** |
| Практическое занятие №11.История создания Вооруженных Сил Российской  Федерации | 2 |
| Практическое занятие №12.Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их  создания, их основные задачи | 2 |
| Практическоезанятие№13.Вооруженные Силы Российской Федерации на  Современном этапе | 2 |
| **Тема 2.3.** | **Содержание учебного материала** | **10** | ОК01, ОК02, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Воинская обязанность в Российской Федерации** | Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу | **2** | ОК04,ОК07 |
| Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу |
| Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе |
| **В том числе практических занятий** | **8** |
| Практическоезанятие№14-15.Воинскаяобязанностьикомплектование  Вооруженных Сил Российской Федерации личным составом | 4 |
| Практическое занятие № 16. Внутренний порядок, размещение и быт  военнослужащих. | 2 |
| Практическоезанятие№17.Военная присяга | 2 |
| **Тема 2.4.**  **Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России** | **Содержание учебного материала** | **8** | ОК01, ОК02,  ОК04,ОК07 |
| Боевое Знамя части–символ воинской чести, доблести и славы. Боевые  Традиции Вооруженных сил РФ | **2** |
| Ордена–почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной  службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации |
| Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество |
| **В том числе практических занятий** | **6** |
| Практическое занятие №18.Воинские звания и военная форма одежды  Военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации | 2 |
| Практическое занятие №19.Ордена–почетные награды за воинские отличия в  бою и заслуги в военной службе. | 2 |
| Практическоезанятие№20.Патриотизмиверностьвоинскомудолгу–  основные качества защитника Отечества | 2 |
| **Тема 2.5.Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации** | **Содержание учебного материала** | **10** | ОК01, ОК02,  ОК04, ОК07 |
| Военная служба–особый вид государственной службы. Воинские должности и звания военнослужащих. Правовой статус военнослужащих | **2** |
| Праваиобязанностивоеннослужащих.Социальноеобеспечениевоеннослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы |
| Прохождение военной службы по призыву. Военная служба по контракту.  Альтернативная гражданская служба |
| **В том числе практических занятий** | **8** |
| Практическое занятие №21. Общая физическая и строевая подготовка | 2 |
| Практическое занятие №22-24. Выполнение разборки и сборки автомата  Калашникова | 6 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)** | | **46** |  |
| **Тема 2.1**.  **Общие правила оказания первой помощи** | **Содержание учебного материала** | **34** | ОК01, ОК02,  ОК04, ОК07 |
| Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания  первой медицинской помощи | **4** |
| Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма |
| Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при  различных повреждениях |
| **В том числе практических занятий** | **30** |
| Практическое занятие№8.Первая помощь при отсутствии сознания, при  остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) | 2 |
| Практическое занятие№9.Перваяпомощьпринаружныхкровотечениях | 2 |
| Практическое занятие№10-11. Первая помощь при травмах различных  областей тела | 4 |
| Практическое занятие№12. Первая помощь при ожогах и воздействии  Высоких температур, при воздействии низких температур | 2 |
| Практическоезанятие№13.Первая помощь при попадании инородных тел в  верхние дыхательные пути, при отравлениях | 2 |
| Практическое занятие №14.Составление характеристик и периодов и оказание  первой помощи при сдавливании | 2 |
| Практическое занятие №15.Изучение и освоение правил наложения повязок на  голову | 2 |
| Практическое занятие №16. Изучение и освоение правил наложения повязок на  грудь | 2 |
| Практическое занятие №17.Изучение и освоение правил наложения повязок на  верхние конечности | 2 |
| Практическое занятие №18. Изучение и освоение правил наложения повязок на  нижние конечности | 2 |
| Практическое занятие №19. Правила наложения повязок и шин при переломах | 2 |
| Практическое занятие №20.Общие правила транспортировки пострадавшего | 2 |
| Практическое занятие №21-22.Общий уход за больными | 4 |
| **Тема 2.2.Профилактикаинфекционныхзаболеваний** | **Содержание учебного материала** | **6** | ОК01, ОК02,  ОК04, ОК07 |
| Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных  заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний | **4** |
| Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые  отравления бактериальными токсинами. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний |  |  |
| **В том числе практических занятий** | **2** |
| Практическоезанятие№23.Правилагоспитализацииинфекционныхбольных | 2 |
| **Тема 2.3.Обеспечениездорового образа жизни** | **Содержание учебного материала** | **6** | ОК01, ОК02,  ОК04, ОК07 |
| Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его  составляющие | **4** |
| Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки.  Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах |
| **В том числе практических занятий** | **2** |
| Практическое занятие№24. Изучение основных положений организации  Рационального питания | 2 |
| **Промежуточная аттестация** | | **2** |  |
| **Всего:** | | **68** |  |

**3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Материально-техническое обеспечение**

Кабинет Безопасность жизнедеятельности*,* оснащенный(е) в соответствии с приложением 3 ОПОП-П.

**3.2. Учебно-методическое обеспечение**

**Переченьрекомендуемыхучебныхизданий,Интернет-ресурсов,дополнительнойлитературы**

Основные источники:

1. КосолаповаН.В.,Прокопенко Н.А.Безопасность жизнедеятельности: учебник для учрежденийсред. проф. образования.—М.,Академия, 2022.
2. КосолаповаН.В.,ПрокопенкоН.А.Безопасностьжизнедеятельности:практикумдляучрежденийсред. проф. образования.—М.,Академия, 2022.

**Интернет-ресурсы:**

1.[www.](http://www/) mchs. gov. ru (сайт МЧС РФ).[2.ww](http://www/)w.mvd.ru(сайтМВДРФ).

1. [www.mil.ru(сайт](http://www.mil.ru(сайт) Минобороны).
2. [www.](http://www/)fsb.ru(сайтФСБРФ).
3. [www.](http://www/) globalteka. ru/index. html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).[6.ww](http://www/)w.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
4. [www.ru/book(Электронная](http://www.ru/book(Электронная) библиотечная система).
5. [www.](http://www/)militera.lib.ru(Военнаялитература).

Дополнительные источники:

1.Конституция Российской Федерации

2.ВоеннаядоктринаРоссийскойФедерации.

1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
2. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании».
3. Федеральный закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

**4. Контроль и оценка результатов   
освоения ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Показатели освоенности компетенций** | **Методы оценки** |
| *Знает:*  основы пожаробезопасности и электробезопасности;  меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;  способы защиты населения от оружия массового поражения; принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;  задачи и основные мероприятия гражданской обороны  Основы военной службы и обороны государства; основные виды вооружения,  военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;  область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;  основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим  организма человека от воздействия опасных факторов; классификация и общие признаки инфекционных заболеваний; основы здорового образа жизни  общие характеристики поражений  *Умеет:*  пользоваться первичными средствами пожаротушения; применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта; обеспечивать устойчивость объектов экономики; прогнозировать развитие событий и оценку последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму; применять правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны;  соблюдать нормы экологической безопасности;  определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности;  определять виды Вооруженных Сил, рода войск; ориентироваться в воинских званиях военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации;  владеть общей физической и строевой подготовкой; демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;  оказывать первую медицинскую помощь в различных ситуациях;  осуществлять профилактику  инфекционных заболеваний;  определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние; составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания | демонстрирует знания нормативных документов в своей профессиональной деятельности, готовность к соблюдению действующего законодательства и требований нормативных документов, в том числе в условиях противодействия терроризму; дает характеристику различным видам потенциальных опасностей и перечисляет их последствия;  формулирует задачи и основные мероприятия гражданской обороны, перечисляет способы защиты населения от оружия массового поражения  владеет знаниями об организации и порядке призыва граждан на военную службу; ориентируется в видах вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; демонстрирует знания в области анатомо-физиологических последствий воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов;  демонстрирует знания порядка и правил оказания первой помощи пострадавшим, в том числе при транспортировке;  демонстрирует знания общих характеристик поражений организма человека от воздействия опасных факторов; классифицирует инфекционные заболевания и формулирует их общие признаки; демонстрирует знание основ  здорового образа жизни  умеет определять угрозу пожарной безопасности; демонстрирует знания эффективных превентивных мер для предотвращения пожароопасных ситуаций;  демонстрирует умение  пользоваться первичными средствами пожаротушения; формулирует правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта; демонстрирует умение применять правила поведения и ориентируется в действиях по сигналам гражданской обороны;  определяетвидывооруженныхсил,родавойск;  ориентируетсяввоинскихзваниях военнослужащихвооруженныхсилроссийскойфедерации;  демонстрирует общуюфизическуюистроевуюподготовку, навыкиобязательнойподготовкиквоеннойслужбе;основыоказанияпервойдоврачебной  помощипострадавшим;  демонстрирует умение оказать первую медицинскую помощь в различных ситуациях;  владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний;  определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние;  составляет индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания | Экспертное наблюдение выполнения практических работ и видов работ по практике  Диагностика (тестирование, контрольные работы) |

**Приложение 2.1.3**

**к ОПОП-П по профессии/специальности**

**Код Наименование**

**Рабочая программа дисциплины**

**«СГ.04 Физическая культура»**

**2024**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ..........................................................................................................2**

1. **Общая характеристика......................................................................................................................3**
   1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.........................3
   2. Планируемые результаты освоения дисциплины..........................................................3
2. **Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ ……………………………………………………...4**
   1. Трудоемкость освоения дисциплины..............................................................................4
   2. Содержание дисциплины……………………………………………………………….4
3. **Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ..........................................................................................16**
   1. Материально-техническое обеспечение.........................................................................16
   2. Учебно-методическое обеспечение................................................................................16

**4.Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ..................................................1.9**

**1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ   
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1.1.Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Целью дисциплины «СГ.04 Физическая культура» является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности организации активного отдыха.

Дисциплина СГ.04 Физическая культура включена в обязательную часть образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.17 Технологии индустрии красоты.

**1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:**

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Код ОК*** | **Уметь** | **Знать** | **Владеть навыками** |
| ОК.04 | Проектировать досуговую деятельность с включением в её содержание  разнообразных форм активного отдыха, тренировочных и оздоровительных  занятий, физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований | Возможные причины возникновения травм во время  самостоятельных занятий физической культурой и спортом, руководствоваться  правилами их предупреждения и оказания первой помощи. | - Выполнения упражнений общей и специальной подготовки по отдельным видам спорта;  - Сдачи нормативов уровня физической подготовленности; |
| ОК.08 | Планировать системную организацию занятий кондиционной тренировкой,  подбирать содержание и контролировать направленность тренировочных  воздействий на повышение физической работоспособности и выполнение норм  Комплекса «Готов к труду и обороне». | Характеризовать физическую культуру как явление культуры, её направления  и формы организации, роль и значение в жизни современного человека и общества | -Тестирования подготовки реферативной работы (для студентов специальной медицинской группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья) - Участия в соревнованиях  - Промежуточный контроль: зачет и дифференцированный зачет |

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Трудоемкость освоения дисциплины**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование составных частей дисциплины** | **Объем в часах** | **В т.ч. в форме практ. подготовки** |
| Учебные занятия | 124 | - |
| Самостоятельная работа | - | - |
| Теоретическое обучение | 6 | - |
| Промежуточная аттестация в *форме ( диф.зачет, 3-6 сем.)* |  |  |
| Всего | **130** |  |

**2.2. Содержание дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Коды формируемых компетенций** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **РАЗДЕЛ 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности** | | **6** | ОК 04  ОК 08 |
| **Тема1.1**  **Тема 1.1. Общекультурное  и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни** | Физическаякультураиспорткаксоциальныеявления**,**какявлениякультуры**.**Физическаякультураличностичеловека,физическоеразвитие,физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность ,самовоспитание. Сущность  и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.  Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования.  Социально-биологические основы физической культуры. Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, врабатывание, утомление, восстановление. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека.  Основы здорового образа и стиля жизни.  Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние  на основные органы и системы организма.  Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности  в зависимости от образа жизни человека. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.  Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания.  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 |
| **Раздел 2 Учебно-практические основы формирования физической культуры личности** | | **42** | ОК 04  ОК 08 |
| **Легкая атлетика (1часть)**  **3-семестр** | | **12** |  |
| **Тема 2.1.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Бег на короткие** | Лекция | **2** |  |
| **дистанции: 60м,** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| **100м.** |  |
| Техника безопасности Бег с низкого старта, Бег с максимальной скоростью 60м | 2 |
|  |  |
| Бег с максимальной скоростью 100м. Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 |
|  |  |
| **Тема 2.2.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Эстафетный бег.** | Лекции не предусмотрены |  |  |
| **Эстафета** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| **4х100м.** |  |
| Эстафетный бег, Бег по прямой, передача эстафетной палочки. | 2 |
| **Тема 2.3.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Тактика бега на** |  |
| **средние и длинные дистанции** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| **дистанции.** |  |
| Беговые и прыжковые упражнения Бег по дистанции 400, 800 м. с максимальной скоростью | 2 |
|  | Беговые упражнения .ОФП. Бег дистанции 2000м в среднем темпе | 2 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 2.4 Прыжки** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **с места и с** |  |  |  |
| **Практические занятия** |  |
| **разбега.** |  |
|  |  |
| Прыжки с места, с разбега. Подготовка к выполнению нормативов ГТО | 2 |
|  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Баскетбол** | | **14** | ОК 04  ОК 08 |
| **Тема 2.5.**  **Спортивные игры.**  **Баскетбол** | **Содержание учебного материала** | **2** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Правила игры, техника безопасности при игре в баскетбол, упражнения с мячом, , игры по упрощенным правилам. ОФП. | 2 |
| **Тема 2.6.**  **Перемещения различными способами. Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| Способы перемещений, техника перемещений |  |
| **Тема2.7**  **Ведение мяча, обводка, дриблинг**  **(низкое ведение).**  **Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника ведения мяча, способы обводки; упражнения с мячом, Беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП. | 2 |
| **Тема 2.8.**  **Передача мяча с отскоком от** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **пола, передачи одной рукой различными способами.**  **Учебные игры.** | Техника передачи мяча с отскоком от пола, техника передачи мяча одной рукой; | 2 |  |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. |  |
| **Тема 2.9.**  **Передачи мяча двумя руками различными способами.**  **Учебные игры** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника передачи мяча двумя руками; упражнения с мячом, | 2 |
| Беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП |  |
| **Тема 2.10.**  **Броски мяча в корзину различными способами с места. Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** |  |
| Техника бросков в корзину с различных точек и расстояний; | 2 |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП. |  |
|  | **Волейбол** | **14** | ОК 04  ОК 08 |
| **Тема2.11.**  **Техника**  **безопасности на занятиях** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **физической культуры.**  **Правила соревнований в волейболе.**  **Учебные нормативы.**  **Игры.** | Правила поведения в спортивном зале. Правила игры в волейбол.  Упражнения с мячом | 2 |  |
| **Тема 2.12.**  **Передачи мяча в парах (двумя руками сверху).**  **Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника передач мяча в парах, техника передач мяча двумя руками сверху | 2 |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП. |  |
| **Тема 2.13.**  **Передачи мяча в парах**  **( двумя руками снизу). Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника передач мяча в парах, техника передач мяча двумя руками снизу ; | 2 |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 2.14.**  **Передача мяча в соседнюю зону (короткая передача) Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника передачи мяча в соседнюю зону; Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по  упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.15.**  **Передача мяча в свою зону (укороченная передача). Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника передачи мяча в свою зону Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по  упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.16.**  **Подачи мяча (верхняя, нижняя, боковая). Игры по упрощенным правилам.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника подач различными способами ; упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по  упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.17 Техника и тактика игры в защите и нападении. Прием контрольных нормативов** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| Техника и тактика игры в нападении и защите( индивидуальные, групповые и командные  действия) ; | 2 |
| Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам. ОФП.  Рациональное использование своей силы и технических приемов при сдаче контрольных норммативов |  |
| **4 семестр** | | **22** |  |
| **Настольный теннис** | |  |  |
| **Тема2.18.**  **Правила соревнований в настольном теннисе**  **Игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** | ОК 04  ОК 08 |
| Лекция | **2** |
| **Практические занятия** | **2** |
| Правила игры , техника безопасности при игре в настольный теннис Игры по упрощенным  правилам. ОФП | 2 |
| **Тема2.19.**  **Стойка игрока, способы держания ракетки.**  **Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Способы держания ракетки, техника выполнения стойки игрока | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.20.**  **Подачи мяча в игре. Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Способы и техника подач мяча , способы приема мяча в настольном теннисе Игры по  упрощенным правилам. ОФП | 4 |
| **Тема 2.24.**  **Удары по мячу, подачи. Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Техника игры, Удары по мячу: подрезка, срезка, накат, поставка, топ-спин, топс-удар, сеча. | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП спортивных секциях. | 2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 2.25**  **Парная игра- подачи, прием и удары по мячу. Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Техника парной игры, подачи, прием, удары по мячу | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.26**  **Тактические действия (нападение) в одиночной игре в настольный теннис.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Техника и тактика игры в нападении | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП | 2 |
| **Тема 2.27**  **Тактические действия (защита) в одиночной игре в настольный теннис.** | **Содержание учебного материала** | ***8*** |  |
| **Практические занятия** | **8** |
| Техника и тактика игры в защите | 4 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП | 4 |
| **Тема 2.28**  **Тактические действия в парной игре в настольный теннис. Учебные игры.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Техника и тактика игры в защите и нападении | 2 |
| Игры по упрощенным правилам. ОФП. | 2 |
|  | **5 семестр** | **38** |  |
|  | **Легкая атлетика (2 часть)** | **12** |  |
| **Тема 2.29**  **Бег на короткие дистанции.**  **Подвижные игры.**  **Подготовка к выполнению нормативов**  **ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** | ОК 04  ОК 08 |
| **Лекция** | **2** |
| **Практические занятия** | **2** |
| Беговые упражнения, бег на короткие дистанции (60м, 100м, 200м);- | 2 |
| Подвижные игры на открытом воздухе. Подготовка к выполнению нормативов ГТО |  |
| **Тема 2.30**  **Бег на средние дистанции.**  **Подвижные игры. ОФП.** | **Содержание учебного материала** | **2** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| беговые упражнения, бег на средние дистанции (400м. 500м); |  |
| бег на средние дистанции (800м); | 2 |
| подвижные игры на открытом воздухе, ОФП |  |
| **Тема 2.31**  **Бег на длинные дистанции.**  **Подготовка к выполнению нормативов ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | **2** |
| беговые упражнения, бег на длинные дистанции (1000м, 2000м); | 2 |
| подвижные игры на открытом воздухе. Подготовка к выполнению нормативов ГТО.ОФП |  |
| **Тема 2.32**  **Бег по пересеченной местности. ОФП** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| беговые упражнения, бег по пересеченной местности (трава, грунт, асфальт); | 2 |
| подвижные игры на открытом воздухе, ОФП. | 2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **нападающий удар, боковой нападающий**  **удар. Игры.** | нормативов ; Упражнения с мячом, беговые упражнения, игры по упрощенным правилам.  Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 |  |
| **Раздел 3 ППФП** | |  |  |
|  | **6 семестр Аэробика и атлетическая гимнастика.** | **28** |
| **Тема3.1.**  **Техника базовых шагов в аэробике.**  **Комплексы упражнений на брюшной пресс. Подготовка к выполнению**  **нормативов ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Техника безопасности. Основные базовые шаги, ОРУ для мышц брюшного пресса | 2 |
| Выполнение комбинаций под музыку. Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 |
| **Тема 3.2. Аэробика на степ- платформах.**  **Комплексы упражнений на верхний плечевой пояс.**  **Подготовка к выполнению нормативов ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Основные базовые шаги на степ-платформах, ОРУ для мышц плечевого пояса | 2 |
| Выполнение комбинаций под музыку. Подготовка к выполнению нормативов ГТО | 2 |
| **Тема 3.3. Комплекс силовой аэробики. Комплекс упражнений на ноги.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Силовые упражнения на полу, стоя, на степах, с гантелями, ОРУ для мышц ног; | 2 |
| Выполнение комбинаций под музыку. Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 3.4. Стретчинг.**  **Упражнения на развитие гибкости.**  **Подготовка к выполнению**  **нормативов ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| ОРУ для развития гибкости; | 2 |
| Выполнение комбинаций под музыку. Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 |
| **Тема 3.5 Аэробика с предметами . Упражнения на ловкость.**  **Подготовка к выполнению нормативов ГТО.** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |
| **Практические занятия** | **4** |
| Упражнения на тренажерах. | 2 |
| Упражнения со скакалкой, обручем, гимнастическими палками | 2 |
| **Тема 3.6** | **Содержание учебного материала** | ***4*** |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Практические занятия** | | **4** |  |
| Упражнения с гантелями. | | 2 |
| Упражнения на тренажерах.Развитие силы. | | 2 |
| **Тема 3.7**  **Прием контрольных нормативов.** | **Содержание учебного материала** | | ***2*** |  |
| **Практические занятия** | | **2** |
| Основные упражнения в каждом виде аэробики и атлетической гимнастики Подготовка к выполнению нормативов ГТО. | | 2 |
|  |
| **Дифференцированный зачет** | | |  |  |
| Всего: | | | ***130*** |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Спортивный комплекс.

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией 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 и электронные издания**

1. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб.   
и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/475342

2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453245

3. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева,   
С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476678

4. Быченков, С. В. Физическая культура: учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 c. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006>

5. Бардамов, Г. Б. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО / Г. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-507-44133-4. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/255971> .

6. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, О. А. Габов [и др.]; Под ред.: Овчинников В. П.. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 152 с. — ISBN 978-5-507-45118-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/284144> .

7. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры / А. В. Журин. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 56 с. — ISBN 978-5-507-46039-7. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/295964> .

8. Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380> .

**3.2.2. Дополнительные источники**

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471143

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, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/469681

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения*[[5]](#footnote-5)*** | **Критерии оценки** | **Методы оценки** |
| **Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:**  Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном  и социальном развитии человека;  Основы здорового образа жизни;  Условияпрофессиональнойдеятельностиизонырискафизическогоздоровьядляспециальности;  Средства профилактики перенапряжения | 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 | Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.  Экспертная оценка усвоения теоретических знаний в процессе:  - письменных/устных ответов,  - тестирование;  Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся:  - на практических занятиях;  - при ведении календаря самонаблюдения;  - при проведении подготовленных студентом фрагментов занятий(занятий)с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха;  - при тестировании в контрольных точках.  **Лёгкая атлетика.**  Экспертная оценка:  - техники выполнения двигательных действий;  - самостоятельного проведениястудентомфрагментазанятиясрешениемзадачипоразвитиюфизическогокачествасредствамилёгкойатлетики.  **Спортивные игры.**  Экспертная оценка:  - техники базовых элементов,  -техники спортивных игр,  -технико-тактических действийстудентоввходепроведенияконтрольныхсоревнованийпоспортивнымиграм,  -выполнения студентом функций судьи;  - самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр |
| **Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:**  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 | 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 |

1. *Берутся сведения, указанные по данному виду деятельности в п. 4.2.* [↑](#footnote-ref-1)
2. *Учебные занятия могут представлены в виде теоретических занятий, лабораторных и практических занятий* [↑](#footnote-ref-2)
3. *Берутся сведения, указанные по данному виду деятельности в п. 4.2.* [↑](#footnote-ref-3)
4. *Учебные занятия могут представлены в виде теоретических занятий, лабораторных и практических занятий* [↑](#footnote-ref-4)
5. [↑](#footnote-ref-5)