

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ХИМИЯ

43.02.15 "Поварское и кондитерское дело"

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Карелия «Колледж технологии и предпринимательства»

Разработчик: Шурпицкая Гулчира Реджеповна, преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства».

Рекомендована Педагогическим советом ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Протокол Педагогического совета №1 от «31»августа 2021 г.

© ГАПОУ РК "Колледж технологии и предпринимательства"

© Шурпицкая Гулчира Реджеповна, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения примерной программы

Программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.2-1.4 ПК 2.2-2.8 ПК 3.2-3.7 ПК 4.2-4.6 ПК 5.2-5.6 ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 09 ОК 10	применять основные законы химии для решения задач в области профессиональной деятельности; использовать свойства органических веществ, дисперсных и коллоидных систем для оптимизации технологического процесса; описывать уравнениями химических реакций процессы, лежащие в основе производства продовольственных продуктов; проводить расчеты по химическим формулам и уравнениям реакции; использовать лабораторную посуду и оборудование; выбирать метод и ход химического анализа, подбирать реактивы и аппаратуру; проводить качественные реакции на неорганические вещества и ионы, отдельные классы органических соединений; выполнять количественные расчеты состава вещества по результатам измерений; соблюдать правила техники безопасности при работе в химической лаборатории	основные понятия и законы химии; -теоретические основы органической, физической, коллоидной химии; -понятие химической кинетики и катализа; -классификацию химических реакций и закономерности их протекания; -обратимые и необратимые химические реакции, химическое равновесие, смещение химического равновесия под действием различных факторов; - окислительно-восстановительные реакции, реакции ионного обмена; гидролиз солей, диссоциацию электролитов в водных растворах, понятие о сильных и слабых электролитах; -тепловой эффект химических реакций, термохимические уравнения; -характеристики различных классов органических веществ, входящих в состав сырья и готовой пищевой продукции; -свойства растворов и коллоидных систем высокомолекулярных соединений; -дисперсные и коллоидные системы пищевых продуктов; -роль и характеристики поверхностных явлений в природных и технологических процессах; -основы аналитической химии; -основные методы классического количественного и физико-химического анализа; -назначение и правила использования лабораторного оборудования и аппаратуры; -методы и технику выполнения химических анализов; -приемы безопасной работы в химической лаборатории

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	144
Объем образовательной программы	140
в том числе:	
теоретическое обучение	104
лабораторные занятия (если предусмотрено)	26
практические занятия (если предусмотрено)	10
Самостоятельная работа	4
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая химия		50	
Тема 1.1 Основные понятия и законы термодинамики. Термохимия.	Содержание учебного материала	6+2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Основные понятия термодинамики. Термохимия: экзо- и эндотермические реакции. Законы термодинамики. Понятие энтальпии, энтропии, энергии Гиббса. Калорийность продуктов питания.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 1-ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Практическое занятие. Решение задач на расчет энтальпий, энтропий, энергии Гиббса химических реакций.	2	
Тема 1.2. Агрегатные состояния веществ, их характеристика	Содержание учебного материала	10+2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Общая характеристика агрегатного состояния веществ. Типы химической связи. Типы кристаллических решёток. Газообразное состояние вещества. Жидкое состояние вещества. Поверхностное натяжение. Вязкость		
	Влияние вязкости и поверхностно-активных веществ на качество пищевых продуктов и готовой кулинарной продукции (супов-пюре, соусов, соуса майонез, заправок, железированных блюд, каш)		
	Сублимация, ее значение в консервировании пищевых продуктов при организации и приготовлении сложных холодных блюд из рыбы, мяса и птицы, грибов, сыра		
	приготовлении сложных горячих соусов, отделочных полуфабрикатов и их оформлении		
	Твердое состояние вещества. Кристаллическое и аморфное состояния.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 4, ОК 6
	Лабораторная работа. Определение поверхностного натяжения жидкостей. Определение вязкости жидкостей.	2	
Тема 1.3. Химическая кинетика и катализ.	Содержание учебного материала	8+2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Скорость и константа химической реакции. Теория активации. Закон действующих масс		
	Теория катализа, катализаторы, ферменты, их роль при производстве и хранении пищевых продуктов. Температурный режим хранения пищевого сырья, приготовление продуктов питания		
	Обратимые и необратимые химические реакции. Химическое равновесие. Смещение		

	химического равновесия.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Определение зависимости скорости реакции от температуры и концентрации реагирующих веществ.	2	
Тема 1.4. Свойства растворов.	Содержание учебного материала	12+4	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Общая характеристика растворов. Классификации растворов, растворимость. Экстракция, ее практическое применение в технологических процессах. Способы выражения концентраций. Водородный показатель. Способы определения pH среды. Растворимость газов в жидкостях. Диффузия и осмос в растворах. Влияние различных факторов на растворимость газов, жидкостей и твердых веществ, их использование в технологии продукции питания		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие. Решение задач. Расчеты концентрации растворов, осмотического давления, температур кипения, замерзания, pH среды.	2	ОК 1-ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Лабораторная работа. Определение тепловых эффектов растворения различных веществ в воде. Определение pH среды различными методами.	2	ОК4, ОК6
Тема 1.5. Поверхностные явления.	Содержание учебного материала	4 СР	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	СР. Термодинамическая характеристика поверхности. Адсорбция, её сущность. Виды адсорбции. Адсорбция на границе раствор-газ. Адсорбция на границе газ- твердое вещество. Гидрофильные и гидрофобные поверхности. Поверхностно активные и поверхностно неактивные вещества, роль ПВА в эмульгировании и пенообразовании. Применение адсорбции в технологических процессах и значение адсорбции при хранении сырья и продуктов питания.		
Раздел.2 Коллоидная химия		44	
Тема 2.1. Предмет коллоидной химии. Дисперсные системы.	Содержание учебного материала	4	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Определение коллоидной химии. Объекты и цели её изучения, связь с другими дисциплинами. Дисперсные системы, характеристика, классификация. Использование и роль коллоидно-химических процессов в технологии продукции общественного питания		
Тема 2.2. Коллоидные растворы.	Содержание учебного материала	8+4	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Коллоидные растворы (золи): понятие, виды, общая характеристика. Свойства коллоидных растворов. Методы получения коллоидных растворов и очистки. Устойчивость и коагуляция зольей. Факторы, вызывающие коагуляцию. Пептизация. Использование коллоидных растворов в процессе организации и проведении		

	приготовления различных блюд и соусов		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 1-ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Практическое занятие 3. Составление формул и схем строения мицелл.	2	
	Лабораторная работа 4. Получение коллоидных растворов.	2	ОК4, ОК6
Тема 2.3. Грубодисперсные системы.	Содержание учебного материала	12+2	ПК 2.3 ПК 4.6 ПК5.3 ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Характеристики грубодисперсных систем, их строение, свойства, методы получения и стабилизации, применение. Эмульсии. Пены. Порошки. Аэрозоли, дымы, туманы. Использование грубодисперсных систем в процессе организации и проведении приготовления различных блюд и соусов		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Получение устойчивых эмульсий и пен, выявление роли стабилизаторов.	2	
Тема 2.4. Физико-химические изменения органических веществ пищевых продуктов. Высокомолекулярные соединения.	Содержание учебного материала	12+2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Строение ВМС, классификация. Реакции полимеризации и поликонденсации получения высокомолекулярных соединений. Природные и синтетические высокомолекулярные соединения. Свойства ВМС. Набухание и растворение полимеров, факторы влияющие на данные процессы. Студни, методы получения, синерезис. Изменение углеводов, белков, жиров в технологических процессах.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Изучение процессов набухания и студнеобразования.	2	
Раздел 3. Аналитическая химия		52	
Тема 3.1. Качественный анализ.	Содержание учебного материала	2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Аналитическая химия, ее задачи значение в подготовке технологов общественного питания. Методы качественного и количественного анализа и условия их проведения. Основные понятия качественного химического анализа. Дробный и систематический анализ. Особенности классификации катионов и анионов. Условия протекания реакций обмена		
Тема 3.2. Классификация катионов и анионов.	Содержание учебного материала	12 +8	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Классификация катионов. Первая аналитическая группа катионов. Общая характеристика катионов второй аналитической группы и их содержание в продуктах питания. Значение катионов второй группы в проведении химико-технологического контроля. Групповой реактив и условия его применения. Произведение растворимости,		

	условия образования осадков		
	Характеристика группы, частные реакции на катионы третьей и четвертой аналитических групп. Амфотерность. Групповой реактив и условия его применения. Значение катионов третьей и четвертой аналитической группы в осуществлении химико-технологического контроля		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Классификация анионов. Значение анионов в осуществлении химико-технологического контроля. Частные реакции анионов первой, второй, третьей групп. Систематический ход анализа соли		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	8	
	Лабораторная работа. Первая аналитическая группа катионов. Проведение частных реакций катионов второй аналитической группы. Анализ смеси катионов второй аналитической группы.	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Проведение частных реакций катионов третьей и четвертой аналитической группы. Анализ смеси катионов третьей и четвертой аналитических групп.	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Проведение частных реакций анионов первой, второй, третьей групп. Анализ сухой соли.	2	ОК4, ОК6
	Практическое занятие. Решение задач на правило произведение растворимости.	2	ОК 1-ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
Тема 3.3. Количественный анализ. Методы количественного анализа.	Содержание учебного материала	12+8	
	Понятие. Сущность методов количественного анализа. Операции весового (гравиметрического) анализа		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Сущность и методы объемного анализа. Сущность метода нейтрализации, его индикаторы. Теория индикаторов		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Сущность окислительно-восстановительных методов и их значение в проведении химико-технологического контроля. Перманганатометрия и её сущность. Йодометрия и её сущность		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Сущность методов осаждения. Сущность метода комплексообразования и его значение в осуществлении химико-технологического контроля		ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10

	Тематика практических занятий и лабораторных работ	8	
	Практическая работа. Вычисления в весовом и объемном анализе. Определение кристаллизационной воды в кристаллогидратах. Определение нормальности и титра раствора	2	ОК 1-ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Лабораторная работа. Определение общей, титруемой, кислотности плодов и овощей.	2	ПК 3.3 ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Приготовление рабочего раствора перманганата калия и установление нормальной концентрации.	2	ОК4, ОК6
	Лабораторная работа. Определение содержания хлорида натрия в рассоле.	2	ПК 2.2 ОК4, ОК6
Тема 3.4. Физико-химические методы анализа.	Содержание учебного материала	4+2	ОК 1-ОК3, ОК5, ОК7, ОК9, ОК10
	Сущность физико-химических методов анализа и их особенности		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	2	
	Лабораторная работа. Определение качественного и количественного содержания жира в молоке.	2	ПК 4.2-4.4 ОК4, ОК6
Дифференцированный зачет		2	
Всего:		140 +4 ср	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Лаборатории «Химии», оснащенной в соответствии с п. 6.2.1. Примерной программы по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Печатные издания

1. Белик В.В. Физическая и коллоидная химия: учебник для студ. Учреждений сред.проф.образования / В.В. Белик, К.И. Киенская.– М. : Издательский центр «Академия», 2017. – 288 с.
2. Валова (Копылова), В. Д. Аналитическая химия и физико-химические методы анализа [электронный ресурс]: Практикум / В. Д. Валова (Копылова), Е. И. Паршина. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018гг.

3.2.2. Электронные издания:

1. <http://school-collection.edu.ru/> единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
2. www.krugosvet.ru/ универсальная энциклопедия «Кругосвет»/;
3. <http://sciteclibrary.ru/> научно-техническая библиотека/
4. www.auditorium.ru/ библиотека института «Открытое общество» /
5. www.bellerbys.com-сайт учителей биологии и химии
6. <http://www.alhimik.ru> - полезные советы, эффектные опыты, химические новости
7. <http://dnttm.ru/> – (on-line конференции, тренинги, обучения физике и химии, биологии, экологии)
8. <http://www.it-n.ru/> - сетевое сообщество учителей химии
9. <http://chemistry-chemists.com/> – «Химия и Химики» - форум журнала (эксперименты по химии, практическая химия, проблемы науки и образования, сборники задач для подготовки к олимпиадам по химии).
10. http://www.astu.org/content/userimages/file/upr_1_2009/04.pdf

3.2.3. Дополнительные источники:

1. Габриелян О. С. Химия, 10 класс/ Габриелян О. С., Маскаев Ф. Н., Пономарев С. Ю / - М. Дрофа 2012г. 303 с
2. Габриелян О. С. Химия, 11 класс/ Габриелян О. С., Маскаев Ф. Н., Пономарев С. Ю / - М. Дрофа 2012г. 303 с

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
знать: -основные понятия и законы химии; -теоретические основы органической, физической, коллоидной химии; -понятие химической кинетики и катализа; -классификацию химических реакций и закономерности их протекания; -обратимые и необратимые химические реакции, химическое равновесие, смещение химического равновесия под действием различных факторов; - окислительно-восстановительные реакции, реакции ионного обмена; -гидролиз солей, диссоциацию электролитов в водных растворах, понятие о сильных и слабых электролитах; -тепловой эффект химических реакций; - термохимические реакции; -характеристики различных классов органических веществ, входящих в состав сырья и готовой пищевой продукции; - свойства растворов и коллоидных систем высокомолекулярных соединений; -дисперсные и коллоидные системы пищевых продуктов; -роль и характеристики поверхностных явлений в природных и технологических процессах; -основы аналитической химии; -основные методы классического количественного и физико-химического анализа; -назначение и правила использования лабораторного оборудования и аппаратуры; -методы и технику выполнения	Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75% правильных ответов. Не менее 75% правильных ответов. Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения терминологии	Текущий контроль при проведении: -письменного/устного опроса; -тестирования; -оценка результатов самостоятельной работы (докладов, рефератов, теоретической части проектов, учебных исследований и т.д.) Промежуточная аттестация в форме ДЗ: -тестирования

химических анализов; -приемы безопасной работы в химической лаборатории		
Уметь: -применять основные законы химии для решения задач в области профессиональной деятельности -использовать свойства органических веществ, дисперсных и коллоидных систем для оптимизации технологического процесса -описывать уравнениями химических реакций процессы, лежащие в основе производства продовольственных продуктов -проводить расчеты по химическим формулам и уравнениям реакции -использовать лабораторную посуду и оборудование -выбирать метод и ход химического анализа, подбирать реактивы и аппаратуру -проводить качественные реакции на неорганические вещества и ионы, отдельные классы органических соединений -выполнять количественные расчеты состава вещества по результатам измерений -соблюдать правила техники безопасности при работе в химической лаборатории	Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, точность расчетов, соответствие требованиям безопасности Адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, последовательностей действий и т.д. Точность оценки, самооценки выполнения Соответствие требованиям инструкций, регламентов Рациональность действий и т.д.	Текущий контроль: - экспертная оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий при решении проблемных ситуаций, выполнении заданий для лабораторных, практических занятий, самостоятельной работы, учебных исследований, проектов; Промежуточная аттестация: - экспертная оценка выполнения практических заданий на ДЗ

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИЯ

по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 43. 02. 15 «Поварское и кондитерское дело» и Примерной программы по учебной дисциплине «Экологические основы природопользования»

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Карелия «Колледж технологии и предпринимательства»

Разработчики:

Орлова Татьяна Евгеньевна, преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства».

Рекомендована Педагогическим советом ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Протокол Педагогического совета № 1 от «30» августа 2021 г.

© ГАПОУ РК "Колледж технологии и предпринимательства"

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 6.3-6.4 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 09 ОК 10	анализировать и прогнозировать экологические последствия различных видов деятельности; -использовать в профессиональной деятельности представления о взаимосвязи организмов и среды обитания; -соблюдать в профессиональной деятельности регламенты экологической безопасности	принципы взаимодействия живых организмов и среды обитания. -особенности взаимодействия общества и природы, основные источники техногенного взаимодействия на окружающую среду; -об условиях устойчивого развития экосистем и возможных причинах возникновения экологического кризиса; -принципы и методы рационального природопользования; -методы экологического регулирования; -принципы размещения производств различного типа; -основные группы отходов их источники и масштабы образования; -понятия и принципы мониторинга окружающей среды; -правовые и социальные вопросы природопользования и экологической безопасности; -принципы и правила международного сотрудничества области природопользования и охраны окружающей среды; -природоресурсный потенциал Российской Федерации; -охраняемые природные территории.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	64
Объем образовательной программы	64
в том числе:	
теоретическое обучение	52
лабораторные занятия	-
практические занятия	10
контрольная работа	-
Самостоятельная работа	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4
Раздел 1. Особенности взаимодействие природы и общества		44+2с/р	
Тема 1.1 Природоохранный потенциал	Содержание учебного материала	12/10/2+2с/р	ОК 2 ОК 4-7 ОК 11
	1. Формы взаимодействия природы и общества. Экологические последствия различных видов человеческой деятельности.	2	
	2. Влияние урбанизации на биосферу. Условия устойчивого состояния экосистем и возможные причины возникновения экологического кризиса.	4	
	3. Глобальные проблемы экологии (разрушение озонового слоя, истощение энергетических ресурсов, «парниковый эффект» и др.) и пути их решения. Самостоятельная работа. Выявление роли человеческого фактора в решении проблем экологии. Содействие сохранению окружающей среды.	4 2	
	Тематика практических занятий	2	
	Анализирование и прогнозирование экологических последствий различных видов деятельности	2	
Тема 1.2. Природные ресурсы и рациональное природопользование	Содержание учебного материала	12/10/2	ОК 2 ОК 4-7
	1. Природные ресурсы и их классификация. Пищевые ресурсы человечества. Проблемы использования и воспроизводства природных ресурсов.	2	
	2. Генная инженерия и генетически модифицированные объекты.	2	
	3. Понятие и принципы рационального природопользования.	2	
	4. Охраняемые природные территории.	4	
	Тематика практических занятий	2	
	Классификация природных ресурсов. 1. Проблемы использования и воспроизводства природных ресурсов, их взаимосвязь с размещением производства. 2. Взглядом сознательного потребителя (Реклама и экология)		
Тема 1.3. Загрязнение окружающей среды	Содержание учебного материала	20/16/4	ОК 2 ОК 4-7

	1. Загрязнение биосферы. Антропогенное и естественное загрязнение. Основные загрязнители, их классификация. 2. Пути миграции и накопления в биосфере токсичных и радиоактивных веществ. Прямое и косвенное воздействие на человека загрязнений биосферы. 3. «Зеленая» революция и ее последствия. Значение и экологическая роль применения удобрений и пестицидов. Основные загрязнители продуктов питания и их влияние на здоровье человека. 4. Способы ликвидации последствий загрязнения токсичными и радиоактивными веществами окружающей среды. 5. Основные задачи мониторинга окружающей среды. Концепция предельно – допустимой концентрации (ПДК). Методы контроля за состоянием загрязнения природных вод, почв, атмосферного воздуха.	4 2 2 4 4	
	Тематика практических занятий	4	
	1. Характеристика загрязнений атмосферы, гидросферы, литосферы 2. Характеристика минеральных удобрений и их использование.	2 2	
Раздел 2. Правовые и социальные вопросы природопользования		12	
Тема 2.1. Хозяйственные и общественные мероприятия по предотвращению разрушающих воздействий на природу. Природоохранный надзор	Содержание учебного материала	12/10/2	ОК 2-3
	1. Правовые акты, регулирующие природоохранную деятельность в России. 2. Нормативные акты по рациональному природопользованию окружающей среды. 3. Органы управления и надзора по охране природы. Государственные и общественные мероприятия по охране окружающей среды. 4. Международное сотрудничество, международные организации, международные соглашения, конвенции, договоры, по охране окружающей среды и их роль в обеспечении экологической безопасности.	2 2 4 2	
	Тематика практических занятий	2	

	1. Изучение федерального закона «Об экологической безопасности населения» 2. Изучение федерального закона «Об охране окружающей природной среды».		
Тема 2.2. Юридическая и экономическая ответственность предприятий, загрязняющих окружающую среду	Содержание учебного материала	4/4/0	ПК 6.3-6.4 ОК 3- 7 ОК 11
	Гражданско-правовая ответственность за экологические правонарушения. Экологическая оценка деятельности предприятий. Организация деятельности предприятий в соответствии с экологическими нормами общества.	2 2	
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	2	
Всего:		62+2с/р	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Экологических основ природопользования», оснащенный оборудованием: доской учебной, рабочим местом преподавателя, столами, стульями (по числу обучающихся), шкафами для хранения муляжей (инвентаря), раздаточного дидактического материала и др.; техническими средствами компьютером, средствами аудиовизуализации, мультимедийным проектором; наглядными пособиями (натуральными образцами продуктов, муляжами, плакатами, DVD фильмами, мультимедийными пособиями).

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Печатные издания:

1. Саенко О.Е. Экологические основы природопользования : учебник / О.Е. Саенко, Т.П. Трушина. — Москва : КНОРУС, 2017. — 214 с. — (Среднее профессиональное образование)
2. Константинов В.М. Экологические основы природопользования: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ В.М. Константинов, Ю.Б. Челидзе. — 5-е изд., стер. — М.: Академия, НМЦ СПО, 2012 – 347 стр.
3. Трушина Т.П. Экологические основы природопользования, учебник для колледжей и средне - специальных учебных заведений, 5-е издание переработанное, Ростов на Дону: «Феникс», 2012.
4. Законы. О качестве и безопасности пищевых продуктов [Электронный ресурс]: Федер. закон: [принят Гос. Думой 1 дек.1999 г.: одобр. Советом Федерации 23 дек. 1999 г.: по состоянию на 26 дек. 2009 г.].
5. Федеральный закон России «О мелиорации земель.»1996
6. Постановление правительства России «О мониторинге земель.»1992г.
7. Закон «Об охране окружающей среды»10.01.2002г.
8. ГОСТ Р 52104-2003 «Ресурсосбережение»
9. ГОСТ 18294-2004 «Вода питьевая.»
10. ГОСТ 17.0.0.01-76 «Система стандартов в области охраны природы и улучшения использования природных ресурсов».
11. ГОСТ 17.1.3.05—82. «Охрана природы. Гидросфера»
12. СанПиН 2.2.4.1191-03 «Электромагнитные поля в производственных условиях»
13. СанПиН 2.3.6.1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 08 нояб. 2001 г. № 31: в ред. от 31 марта 2011

3.2.2. Электронные издания:

1. priroda.ru – национальный портал природы (Природные ресурсы и охрана окружающей среды)
2. anriintern.com/ecology/spisok.htm - ссылки на множество экологических сайтов.
3. www.myland.org.ua - земельные ресурсы
4. <http://ecoportal.ru/> - мощный экологический портал
5. list.priroda.ru – каталог Интернет ресурсов по экологии и природным ресурсам.
6. <http://ecobez.narod.ru/organisations.html> - список основных международных организаций.

7. www.eco-net.dk/english – Eco-Network – международная сеть экологического образования, воспитания и практики; размещается информация об организациях, работающих в области экологического образования.

8. <http://zapovednik.cwx.ru/>

9. <http://www.geosite.com.ru/pageid-375-1.html>

10. http://www.bru.mogilev.by:84/humanitary/osnov_prava/html/ch15.html

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
знать: -принципы взаимодействия живых организмов и среды обитания. -особенности взаимодействия общества и природы, основные источники техногенного взаимодействия на окружающую среду -об условиях устойчивого развития экосистем и возможных причинах возникновения экологического кризиса; -принципы и методы рационального природопользования; -методы экологического регулирования; -принципы размещения производств различного типа; -основные группы отходов их источники и масштабы образования; -понятия и принципы мониторинга окружающей среды; -правовые и социальные вопросы природопользования и экологической безопасности; -принципы и правила международного сотрудничества области природопользования и охраны окружающей среды; -природоресурсный потенциал Российской Федерации; -охраняемые природные территории.	Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75% правильных ответов. Не менее 75% правильных ответов. Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения терминологии	Текущий контроль при проведении: -письменного/устного опроса; -тестирования; Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в виде: -письменных/ устных ответов, -тестирования

Уметь: -анализировать и прогнозировать экологические последствия различных видов деятельности; -использовать в профессиональной деятельности представления о взаимосвязи организмов и среды обитания -соблюдать в профессиональной деятельности регламенты экологической безопасности	Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, точность расчетов, соответствие требованиям Адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д. Точность оценки, самооценки выполнения Соответствие требованиям инструкций, регламентов Рациональность действий и т.д.	Текущий контроль: - экспертная оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий при решении проблемных ситуаций, учебных исследований, проектов; - оценка заданий для самостоятельной работы, Промежуточная аттестация: - экспертная оценка выполнения практических заданий на зачете
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ

ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

43.02.14 «ГОСТИНИЧНОЕ ДЕЛО»

43.02.15 «ПОВАРСКОЕ И КОНДИТЕРСКОЕ ДЕЛО»

2021г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 43.02.14 «Гостиничное дело». 43.02.15 «ПОВАРСКОЕ И КОНДИТЕРСКОЕ ДЕЛО»

Организация-разработчик: ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Разработчики:

Коледа Е.С., преподаватель общественных дисциплин

Рекомендована Педагогическим советом ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Протокол Педагогического совета № 1 от «31» августа 2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4-6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7-8

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.14 «Гостиничное дело».

Программа учебной дисциплины ОГСЭ.01 Основы философии предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ППКРС, ППССЗ) на базе основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина относится к дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной профессиональной образовательной программы.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основе формирования культуры гражданина и будущего специалиста.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основные категории и понятия философии;
- роль философии в жизни человека и общества;
- основы философского учения о бытии;
- сущность процесса познания;
- основы научной, философской и религиозной картин мира;
- условия формирования личности, о свободе и ответственности за охранение жизни, культуры, окружающей среды;
- социальные и этические проблемы, связанные с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 46 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	46
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	2
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.01 «Основы философии»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Введение	Философия, ее смысл, функции и роль в жизни человека и общества		2	2
Раздел 1	Основные идеи мировой философии от античности до новейшего времени		22	
Тема 1.1. Философия Античного мира и Средних веков	Содержание учебного материала		12	
	1	Античная философия. Досократовский период		2
	2	Классическая Античная философия		2
	3	Эллинистическая и римская философия		
	4	Философия Средних веков. Патристика		
	5	Философия Средних веков. Схоластика		
	6	Философия эпохи Возрождения		
Тема 1.2. Философия Нового и новейшего времени	Содержание учебного материала		10	
	1	Философия Нового времени		2
	2	Немецкая классическая философия		2
	3	Постклассическая философия второй половины XIX - начала XX века		2
	4	Русская философия XIX - XX вв.		2
	5	Современная философия		2
Раздел 2	Человек - сознание – познание		12	
Тема 2.1. Человек как главная философская проблема	Содержание учебного материала		4	
	1	Человек как главная философская проблема		2
	2	Функциональные характеристики человека		2
	3	Смысл жизни		2
	4	Человек, общество, государство		2
Тема 2.2. Проблема сознания	Содержание учебного материала		4	
	1	Проблема сознания		2
	2	Основные идеи психоанализа		2
Тема 2.3. Учение о познании	Содержание учебного материала		4	
	1	Учение о познании		3
	2	Формы и методы познания		3
Раздел III	Духовная жизнь человека (наука, религия, искусство)		6	
Тема 3.1. Философия и научная картина мира	Содержание учебного материала		2	
	1	Философия и научная картина мира		2

Тема 3.2. Философия и религия	Содержание учебного материала		2	
	1	Философия и религия		2
Тема 3.3. Философия и искусство	Содержание учебного материала		2	
	1	Философия и искусство		2
Раздел IV	Социальная жизнь		4	
Тема 4.1. Философия и история	<i>Самостоятельная работа</i>		1	
	1	Философия и история		2
Тема 4.2. Философия и культура	<i>Самостоятельная работа</i>		1	
	1	Философия и культура		2
Тема 4.3. Философия и глобальные проблемы современности	Содержание учебного материала		2	
	1	Философия и глобальные проблемы современности		2
Дифференцированный зачет			2	
Всего:			48 часов	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета общественных дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места для обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебные и справочные пособия.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- экран.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Матяш Т.П., Жаров Л.В. Основы философии: Учебное пособие/ Т.П. Матяш.- М.: Феникс, 2020.- 314 с.
2. Канке В.А. Основы философии: Учебник для студентов средних специальных учебных заведений/ В.А. Канке.- М.: Логос, 2016. – 288 с.
3. Горелов А.А. Основы философии: Учебник для студ. сред. проф. учеб. Заведений/ А.А. Горелов. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 320 с.

Дополнительные источники:

1. Лавриненко Н.В., Кафтан В.В. Философия. Том 1. История философии: Учебник и практикум. – 7-е изд./под ред. Н.В. Лавриненко.- М.: «Юрайт», 2018. – 275 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения фронтальных и индивидуальных опросов, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией в форме дифференцированного зачета.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине доводятся до сведения обучающихся не позднее двух месяцев от начала обучения по образовательной программе.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля образовательными учреждениями создаются фонды оценочных средств (ФОС).

ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям оценки результатов подготовки (таблицы).

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
- ориентироваться в наиболее общих	Тестирование, опрос

философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основе формирования культуры гражданина и будущего специалиста; - определять значение философии как отрасли духовной культуры для формирования личности, гражданской позиции и профессиональных навыков; - определить значение для жизни человека свободы и ответственности, материальных и духовных ценностей; - формулировать представление об истине и смысле жизни.	
Знать:	
- основные категории и понятия философии; - роль философии в жизни человека и общества; - основы философского учения о бытии; - сущность процесса познания; - основы научной, философской и религиозной картин мира; - условия формирования личности, свободы и ответственности за охранение жизни, культуры, окружающей среды; - социальные и этические проблемы, связанные с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.	<i>Фронтальный и индивидуальный опрос</i> <i>Тестирование</i> <i>Дифференцированный зачет</i>

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.02. ИСТОРИЯ

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ СПО

43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»

2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) **43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»**

Организация-разработчик: ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Разработчик:

Трофимова Татьяна Ивановна, преподаватель общеобразовательных дисциплин

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5-8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10-11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ 02. История

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.2 ОК.3 ОК.5 ОК.6 ОК.9	ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире; выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; определять значимость профессиональной деятельности по осваиваемой профессии (специальности) для развития экономики в историческом контексте; демонстрировать гражданско-патриотическую позицию.	основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.). сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI вв.; основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира; назначение международных организаций и основные направления их деятельности; о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций; содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения. ретроспективный анализ развития отрасли.

1.2. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48
в том числе:	
уроки, лекции	44
самостоятельная работа	2
дифференцированный зачет	2
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «История»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Россия в 90-е гг. XX в.- начале XXI в.			24	
Тема 1.1. Перестройка 1985-1991 гг.: реформы М.С. Горбачева	Содержание учебного материала		2	
	1	Поиск путей «совершенствования» социализма. Реформы в области экономики. Антиалкогольная кампания. Реформы в области управления. Обновление советской политической системы. Оформление политической оппозиции. Демократизация общественной жизни. Гласность. «Новое мышление».	2	2
Тема 1.2. Распад СССР	Содержание учебного материала		2	
	1	Предпосылки распада СССР. «Парад суверенитетов». Формирование народных фронтов. Провозглашение независимости союзными республиками. Августовский путч. Подготовка нового союзного договора. Беловежские соглашения и создание СНГ. Встреча в Алма-Ате. Конец президентства М.С. Горбачева.	2	2
Тема 1.3. Экономические реформы в России 90-е гг. XX в. - начале XXI в.	Содержание учебного материала		6	
	1	Начальный период экономических реформ Программы «500 дней» и «Основные направления». Либерализация цен. «Шоковая терапия» Е.Т. Гайдара. Либерализация торговли. Результаты реформ.	2	2
	2	Меры Правительств 1992-1998 гг. Корректировка курса экономических реформ. Меры Правительств В.С. Черномырдина, С.В. Кириенко, Е.М. Примакова. Дефолт 1998 г.: причины и последствия.	2	2
	3	Российская экономика на современном этапе Последствия экономических реформ 90-х гг. XX в. Государственный долг. Попытка выхода из кризиса. Изменения экономического курса. Российская экономика в системе мировой экономики.	2	2
Тема 1.4. Государственное управление и политика в России в 90-е гг. XX в. – начале XXI в.	Содержание учебного материала		12	
	1	Политический кризис 1993 г. Предпосылки политического кризиса. Противостояние Б. Ельцина и Верховного Совета. Укрепление исполнительной власти. Референдум о доверии к президенту и попытка импичмента. Майские демонстрации. Указ Б. Ельцина о роспуске Съезда народных депутатов и Верховного Совета. События октября 1993 г. Обстрел Белого дома. Итоги и последствия политического кризиса.	2	2
	2	Российский конституционализм История российского конституционализма: от первой советской Конституции до Конституции 1993 г. Подготовка проекта Конституции 1999 г. Конституционное совещание.	2	2
	3	Формирование многопартийности в России Крах однопартийной системы. Особенности развития многопартийности в России. Формирование политических партий в период перестройки. Политические партии в 90-е гг. XX в. Партии в начале XXI в.	2	2
	4	Российский парламентаризм Особенности российского парламентаризма. Выборы в Государственную Думу 1993 г. Парламентские выборы 1995 и 1999 гг. Парламентские фракции и блоки. Выборы в Государственные Думы 2003, 2007, 2011 гг.	2	2
	5	Президенты России Выборы президента РСФСР. Президентские выборы в Российской Федерации. Предвыборная гонка 1996 г. и победа Б. Ельцина. Уход Б. Ельцина в отставку. Президентство В. Путина. Президентство Д. Медведева. Общие требования к кандидатам в президенты.	2	2
	6	Федеративное строительство в России Обострение противоречий между федерацией и республиками. Проблема Чечни и Татарстана. Провозглашение	2	2

		независимой Чеченской Республики Ичкерия. Начало Чеченского кризиса. Первая чеченская кампания 1994-1996. Хасавюртовские соглашения. Вторая чеченская кампания 1999-2000. Последствия Чеченского кризиса. Чеченская Республика в наши дни.		
Самостоятельная работа. Духовная жизнь в 90-е гг. XX в. – начале XXI в.	Содержание учебного материала		2	
	1	Театр. Музыка. Архитектура. Живопись. Изменения в науке и образовании. Изменения в области спорта.	2	
Раздел 2. Россия на современной геополитической карте мира			22	
Тема 2.1. Понятие и формы интеграции	Содержание учебного материала		2	
	1	Понятие интеграции. Понятие международной экономической интеграции: ее цели и движущие силы. Основные формы международной экономической интеграции. Зона свободной торговли. Таможенный союз. Общий рынок. Экономический и валютный союз. Политический союз.	2	2
Тема 2.2. Россия и крупнейшие современные интеграционные объединения	Содержание учебного материала		10	
	1	Россия и интеграционные объединения Западной Европы Россия и Европейский Союз. История создания Европейского союза. Европейское объединение угля и стали (ЕОУС). Римские договоры. Маастрихтский договор. Расширение Евросоюза. Органы управления. Политика Евросоюза в отношении России в 90-е гг.	2	2
	2	Россия и интеграция в рамках постсоветского пространства Создание СНГ. Стратегический курс России в отношении СНГ. Органы управления. Цели и задачи объединения. Выход Грузии из состава СНГ. Украинский кризис и вопрос о выходе Украины из состава СНГ. От Таможенного союза к ЕврАзЭС. От ЕврАзЭС к ЕАЭС.	2	2
	3	Россия и интеграционные объединения Азиатско-Тихоокеанского региона Россия и АСЕАН. Предпосылки создания АСЕАН. Органы управления АСЕАН. Цели и задачи объединения. Развитие Диалогового сотрудничества Россия-АСЕАН. Россия и АТЭС. Предпосылки создания АТЭС. История формирования форума. Органы управления АТЭС. Цели и задачи объединения. Вступление России в АТЭС. Саммит АТЭС 2012 г. во Владивостоке.	2	
	4	Россия и интеграционные объединения Северной и Южной Америки Россия и страны Южного конуса. Формирование МЕРКОСУР. Сближение России со странами Южной Америки. Россия и НАФТА.	2	2
	5	Членство России в международных организациях Россия и ООН. Членство России в ВТО. Россия и ЮНИСЕФ. Россия и ЮНЕСКО. Деятельность ВОЗ.	2	2
Тема 2.3. Россия и региональные конфликты современности	Содержание материала		6	
	1	Россия и региональные конфликты на постсоветском пространстве Россия и Грузия. Вооруженный конфликт в Южной Осетии. Предпосылки конфликта, ход событий и итоги конфликта. Россия и Украина. Украинский кризис. Референдум о статусе Крыма и Севастополя. Присоединение Крыма и Севастополя к России.	2	2
	2	Россия и региональные конфликты на Дальнем Востоке Россия и Япония. Вопрос Курильских островов и Сахалина. Претензии Японии на острова Курильской гряды. Россия и Китай. Стратегическое сотрудничество России и Китая. Вопрос спорных территорий по р. Амур.	2	2
	3	Роль России в урегулировании конфликтов на Ближнем Востоке Операции НАТО в Ираке, Ливии, Афганистане. Россия и НАТО. Позиция России в отношении ситуации в Сирии. Попытки урегулирования конфликта между Израилем и Палестиной.	2	2
Тема 2.4.	Содержание учебного материала		4	

Россия и глобальные проблемы современности	1	Россия и Холодная война Биполярный мир в XX в. Истоки противостояния. НАТО и ОВД. Основные события Холодной войны. Противостояние на современном этапе.	2	2
	2	Борьба России с международным терроризмом Международный терроризм – ужасающая реальность современности. Радикальные исламисты. Основные террористические организации современности. Совместные усилия Москвы и Вашингтона в борьбе с международным терроризмом.	2	2
Дифференцированный зачет			2	
Всего:			48	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

УЧЕБНОЙ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места для обучающихся, рабочее место преподавателя, политическая карта мира, учебная и справочная литература.

Технические средства обучения: компьютер с выходом в интернет, мультимедиапроектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Всеобщая история в двух частях. Часть 2. История нового и новейшего времени: Учебник для СПО / Г.Н. Питулько. – М.: Юрайт, 2019. – 296 с.
2. История. Всеобщая история. 11 класс: базовый уровень. А. А. Улунян, Е. Ю.
3. Сергеев / под. ред. А. О. Чубарьяна. – М.: Просвещение, 2019.
4. История России. XX – начало XXI века: Учебник для СПО/ под ред. Л.И. Семенниковой. – 7-е изд.- М.: Юрайт, 2019. – 328 с.
5. История России. 10 класс. В 3-х частях: учебник для общеобразоват. организаций. 1 ч. / М. М. Горинов, А. А. Данилов и др./ под. ред. А. В. Торкунова. – М.: Просвещение, 2019.
6. История России. 10 класс. В 3-х частях: учебник для общеобразоват. организаций. 2 ч. / М. М. Горинов, А. А. Данилов и др./ под. ред. А. В. Торкунова. – М.: Просвещение, 2019.
7. История России. 10 класс. В 3-х частях: учебник для общеобразоват. организаций. 3 ч. / М. М. Горинов, А. А. Данилов и др./ под. ред. А. В. Торкунова. – М.: Просвещение, 2019.
8. Конфликты и кризисы современности (конец XX – начало XXI вв.). Хрестоматия / Сост. Д.В. Кузнецов. [Электронный ресурс]. – Благовещенск: Благовещенский государственный педагогический университет, 2017. – 1744 с. URL: <http://istfil.bgpu.ru/>.

Дополнительные источники:

1. Пряхин В.Ф. История: Россия в глобальной политике: Учебник и практикум для СПО/ В.Ф. Пряхин. – М.: Юрайт, 2018. – 425 с.
2. Кириллов В.В., Бравина М.А. История России: Учебник для СПО/ В.В. Кириллов, М.А. Бравина. – 3-е изд. - М.: Юрайт, 2018. – 502 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.). сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI вв.; основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира; назначение международных организаций и основные направления их деятельности; о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций; содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения. ретроспективный анализ развития отрасли.	Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75% правильных ответов. Не менее 75% правильных ответов. Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения терминологии	Текущий контроль при проведении: -письменного/устного опроса; -тестирования; Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в виде: -письменных/ устных ответов, -тестирования и т.д.
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире; выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; определять значимость профессиональной деятельности по осваиваемой профессии (специальности) для развития экономики в историческом контексте; демонстрировать гражданско-		

патриотическую позицию.		
-------------------------	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 03. Иностранный язык в профессиональной деятельности

1.1. Область применения примерной программы учебной дисциплины

программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.2, ОК.3, ОК.5, ОК.9, ОК.10	понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые); понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;	правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности особенности произношения правила чтения текстов профессиональной направленности

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	172
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	172
в том числе:	
практические занятия (если предусмотрено)	164
самостоятельная работа	6
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	2

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	
Раздел 1. Вводно-коррективный курс		14	
Тема 1.1. Описание людей: друзей, родных и близких и т.д. (внешность, характер, личностные качества)	Тематика практических занятий Фонетический материал - основные звуки и интонаемы английского языка; - основные способы написания слов на основе знания правил правописания; - совершенствование орфографических навыков. Лексический материал по теме. Грамматический материал: - простые нераспространенные предложения с глагольным, составным именным и составным глагольным сказуемым (с инфинитивом); - простые предложения, распространенные за счет однородных членов предложения и/или второстепенных членов предложения; - предложения утвердительные, вопросительные, отрицательные, побудительные и порядок слов в них; - безличные предложения; - понятие глагола-связки .	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 1.2. Межличностные отношения дома, в учебном заведении, на работе	Тематика практических занятий Лексический материал по теме: - расширение потенциального словаря за счет овладения интернациональной лексикой, новыми значениями известных слов и новых слов, образованных на основе продуктивных способов словообразования. Грамматический материал: - модальные глаголы, их эквиваленты; - предложения с оборотом there is/are; - сложносочиненные предложения: бессоюзные и с союзами and, but. - образование и употребление глаголов в Present, Past, Future Simple/Indefinite	8	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Раздел 2. Развивающий курс		84	
Тема 2.1 Повседневная жизнь условия жизни, учебный день, выходной день	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - имя существительное: его основные функции в предложении; имена существительные во множественном числе, образованные по правилу, а также исключения. - артикль: определенный, неопределенный, нулевой. Основные случаи употребления определенного и неопределенного артикля. Употребление существительных без артикля.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.2.	Тематика практических занятий	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9,

Здоровье, спорт, правила здорового образа жизни	Лексический материал по теме. Грамматический материал: - числительные; - система модальности.; - образование и употребление глаголов в Past, Future Simple/Indefinite.		OK 10
Тема 2.3. Город, деревня, инфраструктура	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - образование и употребление глаголов в Present, Past, Future Simple/Indefinite.	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10
Тема 2.4. Досуг	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - образование и употребление глаголов в Present, Past, Future Simple/Indefinite, - использование глаголов в Present Simple/Indefinite для выражения действий в будущем - придаточные предложения времени и условия (if, when).	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10
Тема 2.5. Новости, средства массовой информации	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - образование и употребление глаголов в Present Continuous/Progressive, Present Perfect; - местоимения: указательные (this/these, that/those) с существительными и без них, личные, притяжательные, вопросительные, объектные;	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10
Тема 2.6. Природа и человек (климат, погода, экология)	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - сложноподчиненные предложения с союзами because, so, if, when, that, that is why; - понятие согласования времен и косвенная речь. - неопределенные местоимения, производные от some, any, no, every. - имена прилагательные в положительной, сравнительной и превосходной степенях, образованные по правилу, а также исключения. - наречия в сравнительной и превосходной степенях, неопределенные наречия, производные от some, any, every	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10
Тема 2.7. Образование в России и за рубежом, среднее профессиональное образование	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - глаголы в страдательном залоге, преимущественно в Indefinite Passive. - инфинитив и инфинитивные обороты и способы передачи их значений на родном языке. - признаки и значения слов и словосочетаний с формами на –ing без обязательного различия их функций	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10
Тема 2.8. Культурные и национальные традиции, краеведение, обычаи и	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;	6	OK 2, OK.3, OK5, OK 9, OK 10

праздники	- предложения с союзами neither...nor, either...or; - 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 2.9. Общественная жизнь (повседневное поведение, профессиональные навыки и умения)	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.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.10 Научно-технический прогресс	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.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.11 Профессии, карьера	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)	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.12 Отдых, каникулы, отпуск. Туризм	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.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.13 Искусство и развлечения	Тематика практических занятий Лексический материал по теме. Грамматический материал: - глаголы в страдательном залоге.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
Тема 2.14 Государственное устройство, правовые институты	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. Признаки и значения слов и словосочетаний с формами на –ing без обязательного различия их функций.	6	ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10

Раздел 3. Освоение иностранного языка в области профессиональной деятельности «Приготовление пищи и обслуживание в организациях питания»		72	
Тема 3.1 Приготовление пищи	Тематика практических занятий		ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
	1.Виды мяса	2	
	2 Обработка мяса	2	
	3 Мясные блюда	2	
	4 Виды рыбы	2	
	5 Обработка рыбы	2	
	6 Рыбные блюда	2	
	7 Молочные продукты	2	
	8 Блюда из молочных продуктов	2	
	9 Фрукты и овощи их обработка	2	
	10 Блюда из фруктов и овощей	2	
	11 Блюда из теста	2	
	12 Напитки	2	
Тема 3.2 Обслуживание в организациях питания	Тематика практических занятий		ОК 2, ОК.3, ОК5, ОК 9, ОК 10
	1. Типы организаций питания и работа персонала	6	
	2. Составление меню, названия блюд	6	
	3. Кухня, производственные помещения, оборудование	4	
	4. Кухонная столовая и барная посуда	4	
	5. Обслуживание посетителей в ресторане	6	
	6. Система закупок продуктов и их хранения	4	
	7. Организация работы официанта и бармена	6	
	8. Кухня народов мира	6	
	Самостоятельная работа	6	
Промежуточная аттестация		2	
Всего:		172	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Иностранного языка», оснащенный оборудованием: доской учебной, рабочим местом преподавателя, столами, стульями (по числу обучающихся), техническими средствами обучения (компьютером, средствами аудиовизуализации, наглядными пособиями).

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Печатные издания

1. Planet of English: учебник английского языка для учреждений СПО: (+CD)/ Г.Т. Безкоровайнова, Н.И. Соколова, Е.А. и др - 7-е изд., стер. – М.: «Академия», 2020

2. Голубев А.П. Английский язык : учебник для студентов учреждений сред.проф. образования / А.П. Голубев, Н.В. Балюк, И.Б. Смирнова. - 14-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2014. - 336 с.

3. Агабекян И.П. Английский язык для обслуживающего персонала : учебное пособие, И. П. Агабекян -М.: ФЕНИКС СПО , 2014. – 319 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности особенности произношения правила чтения текстов профессиональной направленности	Адекватное использование профессиональной терминологии на иностранном языке Владение лексическим и грамматическим минимумом Правильное построение простых предложений, диалогов в утвердительной и вопросительной форме Логичное построение диалогического общения в соответствии с коммуникативной задачей; демонстрация умения речевого взаимодействия с партнёром: способность начать, поддержать и закончить разговор. Соответствие лексических единиц и грамматических структур поставленной коммуникативной задаче. Логичное построение монологического высказывания в соответствии	Текущий контроль при проведении: -письменного/устного опроса; -тестирования; - диктантов; -оценки результатов самостоятельной работы (эссе, сообщений, диалогов, тематических презентаций и т.д.) Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в виде: -письменных/ устных ответов, выполнения заданий в виде деловой игры (диалоги, составление описаний блюд для меню, монологическая речь при презентации блюд и т.д.)
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы		

строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые) писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы	коммуникативной задачей, сформулированной в задании. Уместное использование лексических единиц и грамматических структур	
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

43. 02. 15 «Поварское и кондитерское дело»

2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 43. 02. 15 «Поварское и кондитерское дело»

Организация-разработчик: ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

Разработчики:

Петренко Г.Г., преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства».

Алексеева Ю.Л., преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства».

Утверждено педагогическим советом ГАПОУ РК «Колледжа технологии и предпринимательства».

Протокол педагогического совета № 1 от 31.08.2021 г.

© ГАПОУ РК "Колледж технологии и предпринимательства"

© Петренко Г.Г., преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

© Алексеева Ю.Л., преподаватель ГАПОУ РК «Колледж технологии и предпринимательства»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 04. Физическая культура

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 8	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)	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

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 176 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 176 часа, 6 часов самостоятельных занятий.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	176
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	170
в том числе:	
уроки, лекции	6
практические занятия	164
дифференцированный зачет, зачет (<i>если предусмотрено</i>)	12
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	
в том числе:	6
1. Техника бега, выполнение комплекса упражнений для развития быстроты, Прыжки в длину с места, Выполнение ОРУ с отягощениями.	6
2. Правила соревнований игры в волейбол, Тактика игры в волейбол, Судейство, упражнения с мячом на ловкость, Тактика нападения в волейболе.	
3. Выполнение упражнений для развития координации, совершенствование техники скольжения, волнение упражнений: «пистолетик», «фонарик».	
4. Выполнение упражнений: Отжимания от опоры, подтягивания на низкой перекладине, скручивания из положения лежа, приседания, отжимания, упражнений на гибкость.	
5. Составление комплекса упражнений для развития специальной выносливости, составить комплекс упражнения для профилактики остеохондроза, составить комплекс упражнений для профилактики варикозного расширения вен, Составление комплекса упражнений производственной гимнастики, физкультурной паузы.	
6. Написание рефератов (для обучающихся отнесенных к СМГ и освобожденных от практических занятий) по темам:	
1. Легкая атлетика;	
2. Спортивные игры;	
3. Фигурное катание;	
4. Атлетическая гимнастика;	
5. ППФВ.	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета, зачета</i>	

2.2. Рабочий тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

2 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Тема 1.1. Основы знаний.	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Правило поведения в спортивном зале, на уроках физической культуры.	6	
Раздел 2. Легкая атлетика.		14	
Тема 2.1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный и челночный бег.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для разучивания техники бега на короткие и средние дистанции.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	Техника бега, выполнение комплекса упражнений для развития быстроты.		
Тема 2.2. Бег 100 м. на результат. Изучение техники эстафетного бега 4×100 м, 4×400 м.	Содержание практических занятий		
	Выполнение общеразвивающих упражнений (далее ОРУ) в движении. Упражнения для разучивания техники эстафетного бега.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	Техника бега, выполнение комплекса упражнений для развития быстроты.		
Тема 2.3. Техника выполнения специальных беговых упражнений.	Содержание практических занятий		
	Выполнение ОРУ на месте. Выполнение специальных беговых упражнений.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	Выполнение ОРУ с отягощениями.		
Тема 2.4. Техника выполнения прыжков в длину с места.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для разучивания прыжка в длину с места. Выполнение ОРУ с отягощениями.	2	
Раздел 3. Волейбол.		12	
Тема 3.1. Техника безопасности на уроках спортивных игр. Стойка и перемещение волейболиста.	Содержание практических занятий Техника безопасности на уроках спортивных игр. Перемещения в стойке волейболиста: вперед, назад, вправо, влево.	4	
Тема 3.2. Техника передачи мяча двумя руками сверху в парах.	Содержание практических занятий		
	Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	4	

Тема 3.3. Техника приема мяча снизу двумя руками.	Содержание практических занятий		
	Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	2	
Тема 3.4. Техника нападающего удара.	Содержание практических занятий		
	Нападающий удар с места, в прыжке, с разбега.	2	
	зачёт	2	
Раздел 4. Фигурное катание.		10	
Тема 4.1 Техника безопасности на уроках фигурного катания. Стойка и перемещения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение стойки фигуриста и перемещения толчком с опорой.	2	
Тема 4.2. Техника Выполнение скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «фонарики», «дуги».	2	
Тема 4.3. Техника выполнения торможения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «плуг», «полуплуг».	2	
Тема 4.4. Техника выполнения поворотов.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « дуга», «перетяжка», «тройка».	2	
Тема 4.5. Совершенствование техники скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « циркуль», «пистолетик», «ласточка».	2	
Раздел 5. Атлетическая гимнастика.		20	
Тема 5.1. Техника безопасности при занятиях атлетической гимнастикой.	Содержание практических занятий		
	Анатомические особенности атлетической гимнастики. Правила выполнения. Количество повторений.	2	
Тема 5.2.	Содержание практических занятий		

Режим питания.	Режим питания при занятиях атлетической гимнастикой. Опасность применения стимулирующих препаратов.	2	
Тема 5.3. Техника выполнения упражнений с гантелями.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для мышц рук, туловища, ног.	4	
Тема 5.4. Техника выполнения изометрических упражнений.	Содержание практических занятий		
	Изометрические упражнения для мышц ног, рук.	4	
Тема 5.5. Техника выполнения упражнений на тренажерах.	Содержание практических занятий		
	Упражнений на тренажерах для различных групп мышц.	4	
Тема 5.6. Техника выполнения упражнений на гибкость.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений на гибкость.	4	
Раздел 6. Профессионально-прикладная физическая культура		8	
Тема 6.1 Техника выполнения упражнений для специальной выносливости.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для развития специальной выносливости.	2	
Тема 6.2. Техника выполнения упражнений для профилактики остеохондроза.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для профилактики остеохондроза. Упражнения на подвижность позвонков.	2	
Тема 6.3. Техника выполнения упражнений для профилактики варикозного расширения вен.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для профилактики варикозного расширения вен.	2	
Тема 6.4.	Содержание практических занятий		

Техника выполнения производственной гимнастики.	Упражнения для проведения производственной гимнастики.	2	
	зачёт	2	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка:	68	

3 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Легкая атлетика.		8	
Тема 1.1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный и челночный бег.	Содержание практических занятий Упражнения для разучивания техники бега на короткие и средние дистанции.	2	
Тема 1.2. Бег 100 м. на результат. Изучение техники эстафетного бега 4×100 м, 4×400 м.	Содержание практических занятий Выполнение общеразвивающих упражнений (далее ОРУ) в движении. Упражнения для разучивания техники эстафетного бега.	2	
Тема 1.3. Техника выполнения прыжков в длину с места.	Содержание практических занятий Упражнения для разучивания прыжка в длину с места. Выполнение ОРУ с отягощениями.	2	
Тема 1.4. Метание гранаты с разбега 500 грамм.	Содержание практических занятий Упражнения для разучивания техники метания гранаты.	2	
Раздел 2. Волейбол.		12	
Тема 2.1. Техника безопасности на уроках спортивных игр. Стойка и перемещение волейболиста.	Содержание практических занятий Техника безопасности на уроках спортивных игр. Перемещения в стойке волейболиста: вперед, назад, вправо, влево.	2	
Тема 2.2. Техника передачи мяча двумя руками сверху в парах.	Содержание практических занятий Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	2	
Тема 2.3. Техника приема мяча снизу двумя руками.	Содержание практических занятий Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	2	

Тема 2.4. Техника нападающего удара.	Содержание практических занятий		
	Нападающий удар с места, в прыжке, с разбега.	2	
Тема 2.5. Техника верхней прямой подачи мяча.	Содержание практических занятий		
	Выполнение ОРУ для развития прыгучести. Подача мяча по зонам.	4	
	зачет	2	
Раздел 3. Фигурное катание.		10	
Тема 3.1. Техника безопасности на уроках фигурного катания. Стойка и перемещения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение стойки фигуриста и перемещения толчком с опорой.	2	
Тема 3.2. Техника Выполнение скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «фонарики», «дуги».	2	
Тема 3.3. Техника выполнения торможения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «плуг», «полуплуг».	2	
Тема 3.4. Техника выполнения поворотов.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « дуга», «перетяжка», «тройка».	2	
Тема 3.5. Совершенствование техники скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « циркуль», «пистолетик», «ласточка».	2	
Раздел 4. Атлетическая гимнастика.		12	
Тема 4.1. Техника безопасности при занятиях атлетической гимнастикой.	Содержание практических занятий		
	Анатомические особенности атлетической гимнастики. Правила выполнения. Количество повторений.	2	
Тема 4.2. Режим питания.	Содержание практических занятий		
	Режим питания при занятиях атлетической гимнастикой. Опасность применения стимулирующих препаратов.	2	
Тема 4.3. Техника выполнения упражнений с гантелями.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для мышц рук, туловища, ног.	2	

Тема 4.4. Техника выполнения изометрических упражнений.	Содержание практических занятий		
	Изометрические упражнения для мышц ног, рук.	2	
Тема 4.5. Техника выполнения упражнений на тренажерах.	Содержание практических занятий		
	Упражнений на тренажерах для различных групп мышц.	4	
	зачёт	2	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка:	114	

4 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Легкая атлетика.		12	
Тема 1.1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный и челночный бег.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для разучивания техники бега на короткие и средние дистанции.	2	
Тема 1.2. Бег 100 м. на результат. Изучение техники эстафетного бега 4×100 м, 4×400 м.	Содержание практических занятий		
	Выполнение общеразвивающих упражнений (далее ОРУ) в движении. Упражнения для разучивания техники эстафетного бега.	4	
Тема 1.3. Техника выполнения специальных беговых упражнений.	Содержание практических занятий		
	Выполнение ОРУ на месте. Выполнение специальных беговых упражнений.	4	
Тема 1.4. Метание гранаты с разбега 500 грамм.	Содержание практических занятий		
	Упражнения для разучивания техники метания гранаты.	2	
Раздел 2. Спортивные игры.		16	
Тема 2.1. Техника безопасности на уроках спортивных игр. Стойка и перемещение волейболиста.	Содержание практических занятий		
	Техника безопасности на уроках спортивных игр. Перемещения в стойке волейболиста: вперед, назад, вправо, влево.	2	
Тема 2.2.	Содержание практических занятий		

Техника передачи мяча двумя руками сверху в парах.	Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	2	
Тема 2.3. Техника приема мяча снизу двумя руками.	Содержание практических занятий		
	Передача мяча над собой, в парах, стоя спиной друг к другу, в кольцо, стоя у стены.	2	
Тема 2.4. Техника нападающего удара.	Содержание практических занятий		
	Нападающий удар с места, в прыжке, с разбега.	2	
Тема 2.5. Техника верхней прямой подачи мяча.	Содержание практических занятий		
	Выполнение ОРУ для развития прыгучести. Подача мяча по зонам.	4	
Тема 2.6. Подача мяча по зонам.	Содержание практических занятий		
	Выполнение ОРУ для развития прыгучести. Совершенствование верхней прямой подачи мяча.	4	
	зачет	2	
Раздел 3. Фигурное катание.		18	
Тема 3.1 Техника безопасности на уроках фигурного катания. Стойка и перемещения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение стойки фигуриста и перемещения толчком с опорой.	4	
Тема 3.2. Техника Выполнение скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «фонарики», «дуги».	4	
Тема 3.3. Техника выполнения торможения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений «плуг», «полуплуг».	4	
Тема 3.4. Техника выполнения поворотов.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « дуга», «перетяжка», «тройка».	4	
Тема 3.5. Совершенствование техники скольжения.	Содержание практических занятий		
	Выполнение упражнений: « циркуль», «пистолетик», «ласточка».	2	
Раздел 4. Атлетическая гимнастика.		6	
Тема 4.1. Техника безопасности при занятиях атлетической	Содержание практических занятий		
	Анатомические особенности атлетической гимнастики. Правила выполнения.	2	

гимнастикой.	Количество повторений.		
Тема 4.2. Режим питания.	Содержание практических занятий		
	Режим питания при занятиях атлетической гимнастикой. Опасность применения стимулирующих препаратов.	4	
Всего:	Дифференцированный зачёт	2	
	Максимальная учебная нагрузка (всего)	176	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка:	176	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала (комплекса).

В связи с отсутствием материально технической базы лыжная подготовка заменена на фигурное катание, а плавание заменено на ППФВ.

Оборудование спортивного комплекса:

- спортивный зал, обеспечивающий единовременную пропускную способность не менее 30 чел. в час;
- место для занятий настольным теннисом;
- тренажерный зал;
- спортивный инвентарь.

Наименование материальных ценностей	Кол-во
Мяч волейбольный «Gala»	2
Мяч волейбольный «Mikasa»	8
Мяч футбольный «Selekt»	12
Мяч баскетбольный	5
Турник навесной на гимнастическую стенку, металлический	3

Диск «Здоровья»	5
Набивной мяч	5
Обруч	15
Сетка волейбольная	1
Скакалка	20
Тренажеры	15
Туристические коврики	30
Гимнастическая скамья	6
Коньки	10
Шиты баскетбольные	2
Гимнастическая стенка	8

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Физическая культура НПО, СПО; учебное пособие для студентов/под редакцией А.А. Бишаевой. – 2020.
2. Физическая культура СПО; учебное пособие для студентов/под редакцией А.А. Бишаевой. – 2017.
3. Физическая культура 10—11 кл.; учеб. пособие для студентов/под редакцией В.И. Ляха, А.А.Зданевич — М., 2018.

Дополнительные источники:

1. Физическая культура: учебное пособие /под редакцией И.С. Барчукова. -М., 2016.
2. Валеология: учебное пособие/под редакцией Э.Н.Вайнер. -М., 2017.

Интернет-ресурсы:

1. <http://mamutkin.ucoz.ru>- Раздел «Электронные учебники»
2. <http://pedsovet.ru>
3. <http://1september.ru>

3.3. Учебно-методический комплекс дисциплины (дидактические средства обучения и контроля)

1. Комплект учебно-нормативной документации по профессии.
2. Комплексы упражнения для развития быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости.
3. Контрольные нормативы определения уровня физической подготовленности.
4. Методические рекомендации по изучению отдельных тем дисциплины, написанию рефератов.
5. Инструкции по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
6. Правила соревнований по спортивным играм, лыжным гонкам.
7. Комплексы общеразвивающих упражнений, утренней гигиенической гимнастики.
8. Правила судейства спортивных игр

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Реализуя подготовку по учебной дисциплине, образовательное учреждение обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений обучающегося.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины (текущий контроль) осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий и др.

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией в форме экзамена.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине доводятся до сведения обучающихся не позднее начала двух месяцев от начала обучения по образовательной программе.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля образовательным учреждением создаются фонды оценочных средств (ФОС).

ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям оценки результатов подготовки (таблицы).

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
Использовать физкультурно-спортивную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	- оценка выполнения практических заданий; - оценка выполнения внеаудиторной самостоятельной работы; - оценка за дифференцированный зачет

Знания:	
1. О роле физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, 2. Основы физической культуры и здорового образа жизни.	- тестирование; - оценка выполнения внеаудиторной самостоятельной работы; - оценка за дифференцированный зачет

Контрольные нормативы по физической культуре

2 курс

Контрольные нормативы	мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 100 метров	14.5	14.9	15.5	16.5	17.0	17.8
Бег 1000 метров	3.40.	3.50	4.00	5.00	5.20	5.40
3000 метров (юн.), 2000 метров (дев.)	15.00	16.00	17.00	10.10	11.40	12.40
Прыжок в длину с места	2.30	2.15	1.95	1.85	1.75	1.55
Пресс	50	45	40	45	40	38
Подтягивание	11	9	8	14	10	8
Метание гранаты (700г./500г.)	32	26	22	18	13	11

3 курс

Контрольные нормативы	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 100 метров	14.2	14.5	15.0	16.0	16.5	17.0
Бег 1000 метров	3.30	3.40	4.00	5.00	5.20	5.40
3000 метров (юн.) , 2000 метров (дев.)	13.00	15.00	16.30	10.00	11.30	12.20

Прыжок в длину с места	2.35	2.20	2.00	1.85	1.75	1.55
Пресс	50	45	40	45	40	35
Подтягивание	12	10	8	14	10	8
Метание гранаты (700г./500г.)	38	32	26	23	18	12

4 курс

Контрольные нормативы	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 100 метров	14.2	14.5	15.0	16.0	16.5	17.0
Бег 1000 метров	3.30	3.40	4.00	5.00	5.20	5.40
3000 метров (юн.) , 2000 метров (дев.)	13.00	15.00	16.30	10.00	11.30	12.20
Прыжок в длину с места	2.35	2.20	2.00	1.85	1.75	1.55
Пресс	50	45	40	45	40	35
Подтягивание	12	10	8	14	10	8
Метание гранаты (700г./500г.)	38	32	26	23	18	12

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2 курс

Обязательная тема:

Техника основных движений и методика их обучения в легкой атлетике (бег, ходьба, прыжки в длину)

Темы по выбору:

1. Нормы двигательной активности для лиц различной подготовленности и уровня здоровья
2. Преимущества и недостатки упражнений силовой направленности
3. Стрейчинг. Методика занятий стрейчингом
4. Система двигательной активности по К.Куперу
5. Основные средства по регуляции стресса и нервного напряжения
6. Роль физической культуры в современном обществе. Уровень развития физической культуры в России.
7. Классический, восстановительный и спортивный массаж
8. Основные приемы борьбы с вредными привычками
9. Понятие гиподинамии и меры по ее предупреждению
10. Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия в процессе занятий физической культурой и спортом
11. Туризм и здоровье человека

12. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической и тренировочной направленностью
13. Методика контроля за функциональным состоянием организма
14. Антропометрические данные человека, их значение для занятий спортом и физической культурой. Методы антропометрических измерений.
15. Двигательные навыки и их формирование средствами физической культуры

3 курс

Обязательная тема:

Цель, задачи и средства общей физической подготовки (ОФП)

Темы по выбору:

1. Взаимосвязь красоты телосложения и здоровья
2. История возникновения Олимпийского движения в древней Греции
3. Основные положения методики закаливания
4. Развитие физической культуры и спорта в нашем городе
5. Основы методики самомассажа
6. Здоровье человека как феномен культуры
7. Методика коррекции строения тела человека средствами физической культуры
8. Как стать сильным
9. Особенности занятий физической культурой и спортом женщин
10. Подвижные игры как средство воспитания координационных способностей и общей выносливости
11. Основные приемы и методы омоложения организма
12. Групповые, индивидуальные и самостоятельные занятия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
13. Основные факторы, определяющие профессионально-прикладную физическую подготовку будущего специалиста
14. Оптимальный вес и способы его сохранения
15. Анализ сборной России на Олимпийских Играх по волейболу

4 курс

Обязательная тема:

Цель, задачи и средства специальной физической подготовки (СФП)

Темы по выбору:

1. История современного Олимпийского движения.
2. Режим питания, составляющие компоненты и их роль в обеспечении жизнедеятельности. Питание при повышенных спортивных нагрузках
3. Организация и проведения туристического похода
4. Методы релаксации в процессе занятий физическими упражнениями и спортом
5. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями, спортом, туризмом
6. Методика занятий физической культурой и спортом в зависимости от индивидуальных особенностей организма
7. Физическая культура молодой матери

8. Оптимальный двигательный режим – один из важнейших факторов укрепления и сохранения здоровья
9. Методика проведения производственной гимнастики с учетом будущей профессии
10. Виды и профилактика утомления
11. Методики регуляции эмоционального состояния
12. Физические упражнения для людей, ведущих сидячий образ жизни. Комплексы физических упражнений для этой категории людей
13. Анализ выступления спортсменов России на Олимпийских Играх
14. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений
15. Анализ выступления сборной России по баскетболу на Олимпийских Играх