

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ, НАУКИ И ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ТОРГОВО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**



«Утверждаю»
И.о. директора ГБПОУ «КБТТК»


Карданов Х.А.

АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Учебной дисциплины
ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

по профессии 16675 Повар

Количество часов:
Обязательная аудиторная нагрузка – 78

**г. Нальчик
2019 г.**

Организация-разработчик: ГБПОУ «Кабардино- Балкарский торгово-технологический колледж»

Разработчик:

Джансуева Елена Васильевна, преподаватель дисциплины «Физическая культура» Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Кабардино-Балкарский торгово-технологический колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.....	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	19

1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Адаптированная рабочая программа дисциплины общепрофессионального цикла «Физическая культура» является частью адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки рабочих для обучающихся с ОВЗ по профессии 16675 Повар.

Разработана с учетом требований Профессионального стандарта 16675 Повар, методических рекомендаций по обучению, воспитанию детей с ОВЗ.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки рабочих для обучающихся с ОВЗ.

Дисциплина «Физическая культура» является дисциплиной общеобразовательного цикла и изучается как базовый учебный предмет при освоении профессий среднего профессионального образования. Ее изучение направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности студентов, на формирование у них жизненных социальных и профессиональных мотиваций.

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

Программа дисциплины «Физическая культура» нацелена на:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- обеспечение у студентов необходимого уровня развития жизненно важных навыков и физических качеств,
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- совершенствование психофизических способностей, всестороннего развития личности,
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
- умения использовать физкультурно-спортивную деятельность в жизненных и профессиональных целях.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;

- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для человека;
- средства профилактики перенапряжения;
- о влиянии оздоровительных систем физической культуры на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни;
- формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности, проведения;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовки.

Освоение содержание учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

Личностных:

1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордость за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.

Метапредметных:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

7) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

8) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметных:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (Готов к труду и обороне) ГТО.

1.4. Количество часов на освоение адаптированной рабочей программы учебной дисциплины:

Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 78 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАптиРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
лабораторные занятия (<i>не предусмотрено</i>)	-
практические занятия	78
контрольные работы (<i>не предусмотрено</i>)	-
курсовая работа (проект) (<i>не предусмотрено</i>)	-
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ АДАптиРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФК 00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем часов
	Содержание учебного материала	Уровень освоения	
1	2	3	4
1 СЕМЕСТР			
Раздел 1. Здоровый образ жизни. Общая физическая подготовка.			2
Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Общая физическая подготовка	Теоретический раздел: Физическая культуры и спорт как социальные явления, как явления культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1	2
Раздел 2. Легкая атлетика.			16
Тема 2.1. Техника бега, эстафета	Краткие сведения о развитии л/а в России. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Правила поведения студентов на занятиях. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1	2
Тема 2.2. Бег на короткие дистанции.	Техника бега на короткие дистанции: высокий старт, стартовое ускорение, бег по дистанции. Бег по прямой 4x100м с высокого старта. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 2.3. Бег на короткие дистанции.	Правила поведения студентов на занятиях. Повторный и переменный бег юн.- 3x80м. лев.- 3x30м. Прыжки в длину с места. Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 2.4. Эстафетный бег.	Обучение технике: бега с высокого старта; передаче эстафетной палочки на месте, в шаге. Эстафетный бег. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 2.5.	Обучение: технике бега (высокий старт, стартовое ускорение, бег по дистанции). Обучение эстафетному бегу; метанию гранаты с 3-5 шагов. Медленный бег	1,2	2

Бег на короткие дистанции.			
Тема 2.6. Бег по повороту	Бег по повороту 4x30м . 2x60м . Прыжки в длину с разбега. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Силовые упражнения.	1,2	2
Тема 2.7. Кроссовая подготовка.	Кроссовая подготовка. Бег на длинные дистанции. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 2.8. Кроссовая подготовка.	Сдача контрольных нормативов: бег 60 м; прыжки в длину с места. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Раздел 3. Баскетбол.			16
Тема 3.1. Техника ведения и ловли мяча.	Правила игры. Жесты судьи. Техника безопасности на уроках баскетбола. Основные правила проведения соревнований и судейство. Техника передвижений в баскетболе. Техника обучения ведения мяча (правой, левой рукой). Обучение: перемещениям, остановкам и поворотам; ловли мяча на уровне груди, передачам двумя руками от груди. Обучение: ловле и передаче мяча, отскочившего от щита. Учебные игры 3*3 на один щит.	1	2
Тема 3.2. Обучение техники ведения мяча.	Обучение: ведению мяча с изменением направления и скорости; броскам с точек. Сочетание перемещений с выполнением технических приемов защиты. Учебные игры (личная защита).	1,2	2
Тема 3.3. Тактические действия нападения и защиты.	Совершенствование: перемещений, остановок, поворотов и ведения мяча. Обучение выбиванию и вырыванию мяча; штрафным броскам. Учебные игры.	2,3	2
Тема 3.4. Развитие техники ведения мяча.	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Обучение встречным передачам мяча. Сочетание перемещений с выполнением технических приёмов нападения. Учебные игры (взаимодействие игроков защиты и нападения).	1,2,3	2
Тема 3.5. Техника ведения, передачи и ловли мяча.	Совершенствование ведения мяча пр. и лев. руками. Обучение: ловле и передаче мяча, отскочившего от щита; штрафным броскам. Учебные игры.	1,2,3	2
Тема 3.6. Перемещения в нападении.	Обучение перемещениям в нападении. Встречная передача мяча. Совершенствование бросков. Совершенствование штрафных бросков. Учебные игры (взаимодействие игроков в нападении).	1,2,3	2
Тема 3.7. Совершенствование ловли мяча. Броски в движении.	Совершенствование: ловли высоколетящего мяча, ловли после отскока от щита; ведения с изменением направления. Обучение броскам в движении. Учебные игры (взаимодействие игроков в защите).	1,2,3	2

Тема 3.8. Тестирование обучающихся.	Сдача контрольных нормативов: штрафные броски. Учебные игры с оценкой техники выполнения изученных комбинаций.	2,3	2
2 СЕМЕСТР			
Раздел 4. Гимнастика			12
Тема 4.1. Развитие гибкости. Акробатика.	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Упражнения в парах. Упражнения для развития гибкости. Упражнения в равновесии. Акробатика: кувырки вперед и назад. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 4.2. Техника акробатических упражнений.	Техника акробатических упражнений. Комбинация из акробатических упражнений. Упражнения для коррекции осанки. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения для развития силы основных мышечных групп. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 4.3. Развитие двигательных качеств. Развитие силы.	Упражнения для развития двигательных качеств. Обучение технике и методике выполнения базовых упражнений с весом собственного тела. Обучение безопасности выполнения упражнений с отягощениями (гири, гантели). Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 4.4. Развитие гибкости. Акробатика.	Упражнения для развития гибкости. Акробатика: стойка на голове с опорой на предплечья. Равновесие на левой и правой ноге, с наклоном. Упражнения с набивным мячом.	1,2	2
Тема 4.5. Развитие гибкости. Акробатика.	ОРУ. Упражнения для развития гибкости. Акробатика: «мост» из положения лёжа. Подъем ног в упоре. Сведение / разведение ног. Дев.: волны и волнообразные движения, махи, взмахи, пружинные движения, повороты. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 4.6. Развитие ловкости. Акробатика.	ОРУ. Упражнения для развития ловкости. Акробатика: «полушпагат», «шпагат», «мост» с переходом в сторону. Дев.: упражнения с обручем и скакалкой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Раздел 5. Волейбол			16
Тема 4.1. Техника перемещения.	Правила игры. Жесты судьи. Техника безопасности на уроках волейбола. Основные правила проведения соревнований и судейство. Предупреждение травматизма. Обучение; стойкам, перемещениям приставными шагами, выпадам в различных направлениях. Обучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Обучение технике и правилам игры.	1,2	2
Тема 5.2. Техника приема и передач мяча.	ОРУ. СПУ. Совершенствование перемещений в средней стойке. Обучение: приёму и передачам мяча сверху двумя руками в различных направлениях. Обучение нижней прямой подаче. Учебные игры.	1,2,3	2
Тема 5.3. Техника приема и передач мяча.	ОРУ. СПУ. Совершенствование перемещений. Обучение приёму и передаче мяча снизу двумя руками. Учебные игры.	1,2,3	2

Тема 5.4. Совершенствование перемещений. Боковая подача.	ОРУ. СПУ. Совершенствование: перемещений, приёма и передачи мяча сверху двумя руками от стены. Обучение нижней боковой подаче. Учебные игры.	1,2,3	2
Тема 5.5. Техника приема и передач мяча.	ОРУ. СПУ. Совершенствование передач мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Обучение нападающему удару. Учебные игры.	1,2,3	2
Тема 5.6. Прием и передача мяча.	ОРУ. СПУ. Приём и передачи мяча сверху и снизу с оценкой техники выполнения. Обучение нападающему удару и блокированию. Тактические действия в нападении. Учебные игры.	1,2,3	2
Тема 5.7. Тактические действия	Совершенствование техники стойки волейболиста. Совершенствование техники тактических действий игроков. Совершенствование техники упражнений в парах. Совершенствование техники подачи мяча и нападающего удара. Учебная игра.	1,2,3	2
Тема 5.8. Тестирование обучающихся.	ОРУ. СПУ. Сдача контрольных нормативов: передача мяча сверху/снизу двумя руками, подачи. Учебные игры с оценкой техники выполнения изученных комбинаций.	2,3	2
Раздел 6. Легкая атлетика.			16
Тема 6. 1. Развитие техники бега по повороту. Силовая подготовка.	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Совершенствование: техники бега по повороту; толканию ядра. Обучение прыжков в длину с места. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2	2
Тема 6.2. Развитие общей и специальной выносливости.	Совершенствование: переменного и повторного бега; прыжков в длину с места; толкания ядра. Медленный бег в чередовании с шагом 1-2 км. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2,3	2
Тема 6.3. Спринтерский бег.	Совершенствование: техники бега на короткие дистанции; прыжков в длину с места; метания гранаты в цель. Силовая подготовка. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2,3	2
Тема 6.4. Бег на средние дистанции.	Совершенствование: техники бега на средние дистанции; прыжков в длину с разбега; метания гранаты на дальность. Сил. подготовка. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2,3	2
Тема 6.5. Развитие ловкости, быстроты, выносливости.	Беговые упражнения. Совершенствование техники толкания ядра. Бег по пересечённой местности 2-3 км без учёта времени. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2,3	2
Тема 6.6. Техника бега на средние дистанции	Техника бега на средние дистанции. Прыжки в длину с места. Спортивные и подвижные игры различной эффективности. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Занятия в тренажерных залах.	1,2,3	2

Тема 6.7. Тестирование обучающихся.	ОРУ. СПУ. Сдача контрольных нормативов: бег 100 м; прыжки в длину с места; метание гранаты. Силовая подготовка. Подвижные игры.	1,2,3	2
Тема .8. Тестирование обучающихся.	ОРУ. СПУ. Сдача контрольных нормативов: кросс – дев.- 500 м, юн.- 1000 м; дев.- сгибание и разгибание рук в упоре, юн.- подтягивание. Подвижные игры.	1,2,3	2
ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Требования представляют собой оптимальные рекомендации к материально-техническому оснащению учебного процесса, предъявляемого государственным стандартом по физической культуре.

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие следующих учебных кабинетов:

Спортивный комплекс:

- ✓ спортивный зал (с раздевалками с санузлом для юношей и девушек, с кабинетом преподавателей, с подсобным помещением для хранения инвентаря и оборудования);
- ✓ открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

Залы:

- ✓ библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет;
- ✓ актовый зал.

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

- ✓ тренажерный зал;
- ✓ специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии, единоборств, скалодром и др.);
- ✓ открытые спортивные площадки: баскетбольная; волейбольная, теннисная, мини-футбольная;
- ✓ футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;
- ✓ гимнастическая площадка с гимнастическим городком и многопролетными гимнастическими снарядами;
- ✓ учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;
- ✓ помещение для гидротермических процедур;
- ✓ помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг,

секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола, жилетки игровые и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, лента финишная, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, жилетки игровые, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

Измерительные приборы:

Пульсометр, весы с ростометром, секундомер, рулетка (измерительная лента).

Средства доврачебной помощи: аптечка медицинская.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен или изменен.

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска;

система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор);

экран; видеопрезентер; документ камера, видеомэганитофон, электронные носители,

компьютеры для внеаудиторной работы.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие для студентов сред. проф. заведений 2-е изд., перераб. – М: Альфа-М: ИНФРА-М, 2017.

2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С.Барчуков; под общ. ред. Г.В.Барчуковой. – М.: КНОРУС, 2016. – 368 с. – (Среднее профессиональное образование).

3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для нач. и сред. проф. образования – М.: Издательский центр «Академия», 2017.

4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных заведений – М.: Академия, 2015.

5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевиц Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных заведений – М.: Академия, 2017.

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт»/С.В.Алексеев; под ред. П.В.Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2014.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие.-М.: Изд-во РУДН, 2015.
3. Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме [Текст]: учеб. пособие / А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М. : Советский спорт, 2014. : ил.- (Профессиональное туристское образование).
4. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2015.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; под общ. ред. Н.Н.Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016.
6. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н.Курысь, И.Б.Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2014., (1) с.: ил.
7. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А.Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. .: ил. – (Высшее образование).
8. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А.Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – (Высшее образование).
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2017.
10. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П.Виноградов. – М.: Советский спорт, 2015.
11. Гергель Ю.Г., Шубский А.О. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие [Текст]/ Ю.Г.Гергель, А.О.Шубский. – М.: - Советский спорт. 2006.
12. Гимнастика М.Л.Журавин, О.В.Загрядская, Н.В.Казакевич и др.; под ред. М.Л.Журавина, Н.К.Меньшикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2016.
13. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2016, ил. (Спорт в рисунках).
14. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2015, ил. (Спорт в рисунках).
15. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2017, ил. (Спорт в рисунках).
16. Городнова М.Ю. Методические рекомендации к проведению урока профилактики наркологических заболеваний среди учащихся общеобразовательных учреждений. / Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2017.
17. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта. Учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2018.
18. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2018.
19. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе./Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2017.
20. Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений для здоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2018.

21. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / Д.В.Губа, А.В.Родин М.: Советский спорт, 2014.
22. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов /Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С.Дворкин, А.П.Слободян. – М.: Советский спорт, 2015.
23. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2017. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2015.
24. Евсеев С.П. Тренажеры в гимнастике / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2013.
25. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И.Евсеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2015. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
26. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, В.М.Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.
27. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017.
28. Жидких Т.М., Мельниченко И.И., Минеев В.С. Организация, подготовка и проведение Смотра-конкурса по физической подготовке учащихся допризывного возраста. – СПб.: Астерион, 2014.
29. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2014.
30. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Текст]: науч.-метод. пособие / В.А.Кабачков, С.А.Полиевский, А.Э.Буров. – М.: Советский спорт, 2015.
31. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие – М.: Советский спорт – 2013.
32. Лукьянов В.И. Россия и олимпийское движение: вчера-сегодня-завтра. – М.: Терра-Спорт, 2015.
33. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2015.
34. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / (Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2018.
35. Олимпийский учебник студента [Текст]: учебное пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях В.С.Родиченко и др.: Олимпийский комитет России – 8-е издание, переработано и дополнено – М.: Советский спорт, 2015., ил.
36. Основы современного танца / С.С.Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2016.
37. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2015.
38. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2015.
39. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2014.
40. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области Физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. – СПб.: Изд. РГПУ им. А.И.Герцена, 2013.
41. Примерная программа для учащихся X-XI классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура». Под редакцией А.Т. Паршикова. – М.: Издательство «Просвещение», 2015.

42. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2015.
43. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В.Родин, Д.В.Губа. М.: Советский спорт, 2016.
44. Рудман Д.Л. Самбо: настольная книга будущих чемпионов /Давид Рудман; худож. А.Штыхин. – М.: Дет. Лит., 2017, - 173 с.: ил.
45. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа : учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г.Сайганова, В.А.Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2017.
46. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г.Сайганова, В.А.Дудов. – М. : Изд-во РАГС, 2017.
47. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин и др.; Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.
48. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2015.

Интернет ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru

3.3. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

В целях реализации компетентностного подхода при преподавании дисциплины «Физическая культура» используются современные образовательные технологии: личностного ориентированного обучения, здоровье-сберегающие технологии обучения.

Для проведения текущего контроля знаний проводится контрольная сдача нормативов.

Итоговый контроль проводится после завершения курса дисциплины в форме дифференцированного зачёта.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения тестирования, фронтального и индивидуального устного опросов, контрольной сдачи нормативов.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен продемонстрировать предметные результаты освоения учебной дисциплины «Физическая культура»:

Результаты обучения (предметные результаты)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	Тест, педагогическое наблюдение, устный опрос. Участие в спортивно-массовых мероприятиях. Наличие наградных дипломов и грамот. Количество освоенных навыков Сдача контрольных нормативов. Проверка и оценка докладов.
Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью	Журнал посещаемости студентов. Педагогический опрос. Количество освоенных навыков Сдача контрольных нормативов. Проверка и оценка докладов.
Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств	Сдача контрольных нормативов. Проверка и оценка докладов.
Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности	Сдача контрольных нормативов. Проверка и оценка докладов.
Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (Готов к труду и обороне) ГТО.	Входной контроль: собеседование Оперативный контроль: - сдача нормативов; - устный фронтальный опрос; - проверка и оценка докладов.
Знать о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека.	Входной контроль: собеседование Оперативный контроль: - устный фронтальный опрос; - проверка и оценка докладов.
Знать о основы здорового образа жизни, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовки.	Входной контроль: собеседование Оперативный контроль: - устный фронтальный опрос; - проверка и оценка докладов.

Знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	Входной контроль: собеседование Оперативный контроль: - устный фронтальный опрос; - проверка и оценка докладов.
	Итоговый контроль - дифференцированный зачёт

Итоговая аттестация студентов основной, подготовительной и специальной медицинской групп проводится в форме устного опроса по теоретическому и методическому разделам программы. Условием к допуску является выполнение обязательных контрольных заданий (упражнений, тестов; по общей и профессионально-прикладной физической подготовке (не ниже «удовлетворительно»), показанных в течение последнего семестра обучения, В оценке при итоговой аттестации учитывается уровень выполнения студентом практического и теоретического разделов программы: на всём периоде обучения.

Примерные контрольные задания для оценки физической подготовленности студентов специальной медицинской группы

1. Бег 100 м (юн. и дев.) - без учёта времени.
2. Бег 2000 м (дев.), 3000 м (юн.) - без учёта времени,
3. Прыжки в длину с места (юн. и дев.)
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (юн. и дев.)
5. Подтягивание на перекладине (юн.)
6. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (юн. и дев.)
7. Плавание без учёта времени - 50 м (юн. и дев.)
8. Броски мяча в баскетбольную корзину (юн. и дев.)
9. Метание гранаты (юн.)

Обучающиеся выполняют те контрольные задания, которые доступны им по состоянию здоровья.

Контрольные задания для студентов

СОДЕРЖАНИЕ	Баскетбол
	«5» «4» «3»
Ведение мяча	техника
Передача мяча одной и двумя руками (2,5-3 м)	техника
Броски в корзину	4 3 2
Штрафные броски (из 10)	3 2 1
Челночный бег 10.0x10 м дев. юн.	Без учета времени
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (д. от скамейки) дев. юн.	15 13 10 16 14 12

СОДЕРЖАНИЕ	Волейбол
	«5» «4» «3»
Передача мяча сверху двумя руками (расстояние 2,5-3 м) юн.	20 15 10 15 10 5

дев.				
Передача снизу двумя руками (расстояние 3-3,5 м) юн. дев.			15 10 5 10 8 5	
Подача мяча (3- 4 курс п озонам) юн. дев.			8 6 4 7 5 3	
Нападающий удар курс- с собственного подброса 2-4 курс - зоны № 4 с передачи из зоны № 3 юн. дев.	I из			Техника выполнения
«Челночный» бег «Елочкой» (сек)	дев. юн.		29 30 31 28 29 30	
СОДЕРЖАНИЕ		Легкая атлетика		
		«5» «4» «3»		
Бег 100 метров юн. дев.			14.0 14.50 15.00 16.00 16.50 17.00	
Прыжки в длину с места юн. дев.		200 160	190 150	180 140
Прыжки в длину с разбега юн. дев.		410 320	390 300	370 270
Подтягивание Сгибание и разгибание туловища	юн. дев.		11 9 7 35 30 25	
Отжимание: на брусьях от скамейки	юн. дев.		10 9 7 9 8 6	
Метание гранаты 700 гр. 500 гр.	юн. дев.		32 30 27 18 16 14	
Кросс 1000 м. 500 м.	юн. дев.		3.50 4.00 4.20 2.10 2.20 2.30	
Бег 3000 м. 2000 м.	юн. дев.		15.20 15.30 15.50 11.30 12.00 12.30	

СОДЕРЖАНИЕ		Гимнастика		
		«5» «4» «3»		
Гиря (юн.) (16 кг.) (24 кг.)			10 7 5 8 6 4	
Сгибание и разгибание туловища (30 сек.) Быстрый переворот- отжимание 30 сек.	юн. дев.		20/14 18/12 17/9 20/12 18/10 17/9	
Подтягивание и поднимание прямых ног дины до касания перекладины	юн.		8 6 3	

Брусья параллельные	юн.	12 10 7
Приседание на одной ноге, другая выпрямлена, вперёд (пистолет)	юн.	7 5 3
	дев.	5 3 1
Поднимание ног до прямого угла на гимнастической стенке	дев.	10 8 6
Поднимание из положения вис лежа	дев.	12 10 8

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность предметных результатов, но и развитие личностных и метапредметных результатов обучения

Результаты (личностные и метапредметные)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
Личностные результаты		
<ul style="list-style-type: none"> - российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордость за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); - нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; 	<ul style="list-style-type: none"> - проявление гражданственности, патриотизма; - знание истории своей страны; - демонстрация поведения, достойного гражданина РФ 	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
<ul style="list-style-type: none"> - гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; - готовность к служению Отечеству, его защите; 	<ul style="list-style-type: none"> - проявление активной жизненной позиции; - проявление уважения к национальным и культурным традициям народов РФ; - уважение общечеловеческих и демократических ценностей - демонстрация готовности к исполнению воинского долга 	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
<ul style="list-style-type: none"> - сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; - сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация сформированности мировоззрения, отвечающего современным реалиям; - проявление общественного сознания; - воспитанность и тактичность; - демонстрация готовности к самостоятельной, творческой деятельности 	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы

<p>- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;</p> <p>- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;</p>	<p>- взаимодействие с обучающимися, преподавателями и мастерами в ходе обучения;</p> <p>- сотрудничество со сверстниками и преподавателями при выполнении различного рода деятельности</p>	<p>Участие в коллективных мероприятиях, проводимых на различных уровнях</p>
<p>- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;</p>	<p>- демонстрация желания учиться;</p> <p>- сознательное отношение к продолжению образования в ВУЗе</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>
<p>- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;</p>	<p>- умение ценить прекрасное;</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;</p> <p>- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;</p>	<p>- готовность вести здоровый образ жизни;</p> <p>- занятия в спортивных секциях;</p> <p>- отказ от курения, употребления алкоголя;</p> <p>- забота о своём здоровье и здоровье окружающих;</p> <p>- оказание первой помощи</p>	<p>Спортивно-массовые мероприятия Дни здоровья</p>
<p>- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных,</p>	<p>- демонстрация интереса к будущей профессии;</p> <p>- выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач</p>	<p>Занятия по специальным дисциплинам</p>

общественных, государственных, общенациональных проблем;		
- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;	- экологическое мировоззрение; - знание основ рационального природопользования и охраны природы	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
метапредметные результаты		
- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;	- организация самостоятельных занятий в ходе изучения общеобразовательных дисциплин; - умение планировать собственную деятельность; - осуществление контроля и корректировки своей деятельности; - использование различных ресурсов для достижения поставленных целей	Контроль графика выполнения индивидуальной самостоятельной работы обучающегося;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	- демонстрация коммуникативных способностей; - умение вести диалог, учитывая позицию других участников деятельности; - умение разрешить конфликтную ситуацию	Наблюдение за ролью обучающегося в группе;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;	- демонстрация способностей к учебно-исследовательской и проектной деятельности; - использование различных методов решения практических задач	Практические занятия, соревнования
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и	- эффективный поиск необходимой информации; - использование различных источников информации, включая электронные; - демонстрация способности самостоятельно использовать необходимую информацию для выполнения поставленных учебных задач;	Подготовка рефератов, докладов, использование электронных источников. Наблюдение за навыками работы в глобальных,

<p>интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p> <p>- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p>	<p>- соблюдение техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.</p>	<p>корпоративных и локальных информационных сетях.</p>
<p>- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;</p>	<p>- демонстрация способности самостоятельно давать оценку ситуации и находить выход из неё;</p> <p>- самоанализ и коррекция результатов собственной работы</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p>	<p>- умение оценивать свою собственную деятельность, анализировать и делать правильные выводы</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>