

Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение республики Татарстан
«Актанышский технологический техникум»

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.Я. Шамсунова

« 29 » 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины ОУД.12 Физическая культура

для профессии

43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»

Форма обучения - очная

Нормативный срок обучения – 3 года 10 месяцев

на базе основного общего образования

Профиль получаемого профессионального
образования технологический

Актаныш

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии

43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»,

код и наименование профессии

утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от ____ г. № ____ (зарегистрированного в Министерстве юстиции Российской Федерации ____ г. рег. № ____);

- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 01 сентября 2022 г. № 796 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования»;

- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 г. № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»;

- Примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования» (протокол № 14 от 30 ноября 2022 г.)

- Локального акта от ____ г. _____
Наименование документа

- Рабочей программы воспитания, утвержденной _____

Обсуждена и одобрена на заседании
цикловой методической комиссии

Разработала преподаватель:

наименование ЦМК

Подпись, инициалы фамилия

Протокол № _____
« ____ » _____ 20 ____ г.

Зав. ЦМК

Подпись, инициалы фамилия

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО, входящим в состав укрупненной группы профессий

_____ 43.00.00 _____:

код и наименование укрупненной группы

43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»

код и наименование профессии

Профиль _____ получаемого _____ профессионального _____ образования
технологический.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

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

Личностных:

- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;
- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;
- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;
- целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосудия, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы.

Метапредметных:

- освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (результативные, познавательные, коммуникативные);
- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;
- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.

Предметных:

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знания правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
- знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;
- владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;
- знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
- сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
- знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;
- сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе

совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

- сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

- знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

Выпускник, освоивший учебную дисциплину «Физическая культура», должен обладать **элементами общих компетенций**:

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учётом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учётом гармонизации межнациональных и межрелигиозных, отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение следующих **личностных результатов воспитания**:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье.

Для лучшего усвоения учебного материала его изложение необходимо проводить с применением технических средств обучения, видео-, аудиоматериалов, современных программ компьютерного проектирования.

В рабочей программе дисциплины планируется индивидуальное проектное задание студентов с указанием тематики.

Курс обеспечен методическими пособиями и указаниями к выполнению практических работ.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

объем образовательной нагрузки – **72 часов**, в том числе:

учебной нагрузки во взаимодействии с преподавателем – **72 часов**;

самостоятельной работы обучающегося – **не предусмотрено**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Количество часов</i>
Объем образовательной нагрузки (всего)	72
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	72
в том числе:	
теоретическое обучение	7
лабораторные работы	0
практические занятия	65
из них в форме практической подготовки	65
контрольные работы	0
промежуточная аттестация	0
Самостоятельная учебная работа	0
Индивидуальное проектное задание	0
Курсовая работа (проект)	0
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура» (1-й курс)

Наименование разделов	Тема урока, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2		3		4
Глава 1.			8		
Раздел 1 Тема 1.1.1. Основы знаний Легкая атлетика	1-2	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Правило поведения в спортивном зале, на уроках физической культуры.	1	1	2
Тема 1.1.2. Бег на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный и челночный бег	Содержание практических занятий				
	3-4	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Техника бега на короткие и средние дистанции.	2	1	2
	5-6	Совершенствование техники высокого, низкого старта, финиширования. Совершенствование техники бега на 100 м.		1	3
Тема 1.1.3. Бег 100 м. на результат. Изучение техники эстафетного бега 4×100 м, 4×400 м.	Содержание практических занятий				
	7-8	Бег 100 м. на результат. Изучение техники эстафетного бега 4×100 м, 4×400 м.	1	1	3
Тема 1.1.4. Выполнение контрольного норматива челночный бег 3х10м.	Содержание практических занятий				
	9-10	ОРУ на месте. Выполнение специальных беговых упражнений. Контрольный норматив челночного бега 3х10м.	1	1	3
Тема 1.1.5. Техника выполнения прыжков в длину с места.	Содержание практических занятий				
	11-12	ОРУ с отягощениями. Техника выполнения прыжков в длину с места.	1	1	2
Тема 1.1.6. Выполнение прыжков в высоту.	Содержание практических занятий				
	13-14	Техника выполнения тройного прыжка. Выполнение прыжков в высоту.	2	1	3
	15-16	Зачет по разделу: «Легкая атлетика»- сдача контрольных нормативов.		1	3
Глава 2 Спортивные игры					
Раздел 1. Волейбол	Содержание практических занятий		8		2

Тема 2.1.1. Техника безопасности игры в волейбол. Стойка и перемещение волейболиста.	17- 18	Техника безопасности игры в волейбол. Стойка и перемещение волейболиста.	1	1	3
Тема 2.1.2. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху в парах.	Содержание практических занятий				
	19- 20	. Прием мяча после отскока от сетки.	1	1	2
Тема 2.1.3. Совершенствование передачи мяча	Содержание практических занятий				
	21- 22	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча после отскока от сетки.	1	1	2
Тема 2.1.4. Совершенствование техники приема мяча снизу двумя руками.	Содержание практических занятий				
	23- 24	Закрепление техники приема мяча снизу и сверху с падением.	1	1	2
Тема 2.1.5. Совершенствование техники приема мяча снизу и сверху с падением.	Содержание практических занятий				
	25- 26	Совершенствование техники приема мяча снизу двумя руками.	1	1	2
Тема 2.1.6. Совершенствование верхней прямой подачи мяча.	Содержание практических занятий				
	27- 28	Подача мяча по зонам. Совершенствование верхней прямой подачи мяча.	1	1	3
Тема 2.1.7. Подача мяча по зонам.	Содержание практических занятий				
	29- 30	Совершенствование верхней прямой подачи мяча. подача мяча по зонам. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники. Совершенствование техники нападающего удара.	1	1	3
Тема 2.1.9. Совершенствование техники нападающего удара и блокирования.	Содержание практических занятий				
	31- 32	Зачет по теме: «Волейбол»- сдача контрольных нормативов		1	3
Раздел 2 Баскетбол			8		
Тема 2.2.1 Техника безопасности при игре в баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста.	Содержание практических занятий				
	33- 34	Техника безопасности при игре в баскетбол. Выполнение упражнений с ведением мяча, ловлей и передачей мяча.	1	1	2

Тема 2.2.2. Выполнение упражнений с баскетбольным мячом.	Содержание практических занятий				
	35-36	Упражнения с ловлей мяча двумя руками сверху, снизу. Упражнения с передачей мяча одной рукой от плеча, от головы, снизу, сбоку, с отскоком от пола, скрытая передача.	1	1	2
Тема 2.2.3. Совершенствование техники ведения мяча.	Содержание практических занятий				
	37-38	Обводка соперника с изменением скорости и направления движения. Совершенствование техники ведения мяча.	1	1	2
Тема 2.2.4. Выполнение приемов выбивания мяча.	Содержание практических занятий				
	39-40	Перехват мяча, приемы, применяемые против броска, накрывание. Выполнение приемов выбивания мяча.	1	1	3
Тема 2.2.5. Техника выполнения бросков мяча	Содержание практических занятий				
	41-42	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди, двумя руками сверху, снизу (с места, в движении, прыжком).	1	1	3
Тема 2.2.6. Совершенствование техники бросков мяча	Содержание практических занятий				
	43-44	Бросок мяча одной рукой от плеча, сверху, в прыжке, «крюком». Добивание мяча. Совершенствование техники бросков мяча	1	1	3
Тема 2.2.7. Совершенствование техники ведения мяча	Содержание практических занятий				
	45-46	Штрафной бросок. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.	2	1	2-3
	47-48	Зачет по теме: «Баскетбол»- сдача контрольных нормативов.		1	3
Глава 3 Раздел 1. Лыжная подготовка			8		
Тема 3.1.1. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Попеременные лыжные ходы	Содержание практических занятий		2		
	49-50	Техника выполнения попеременного двухшажного хода, попеременного четырехшажного хода.	2	1	2
	51-52	Прохождение дистанции до 1км изученными попеременными ходами.		1	3
Тема 3.1.2. Одновременные лыжные ходы	Содержание практических занятий				
	53-54	Техника выполнения одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции одновременным бесшажным ходом	2	1	3
	55-56	Техника выполнения одновременного одношажного хода, двухшажного хода.. Прохождение дистанции до 1км изученными одновременными ходами		1	3
Тема 3.1.3. Коньковый	Содержание практических занятий				

ход	57-58	Техника выполнения одноименного полуконькового хода. Прохождение дистанции.	2	1	2
	59-60	Техника выполнения одноименного односложного конькового хода, одноименного двухшажного конькового хода. Прохождение дистанции		1	3
Тема 3.1.4. Способы перехода с хода на ход	Содержание практических занятий				
	61-62,63	Изучение способов перехода с одновременных ходов на попеременные. Прохождение дистанции. Зачет по разделу: «Лыжная подготовка» - сдача контрольных нормативов.	3	1	2
Глава 4. Раздел 1. Мини-футбол			7		
Тема 4.4.1 Техника безопасности при игре в мини-футбол. Исходное положение (стойки), перемещения.	Содержание практических занятий				
	64-65	Техника безопасности при игре в мини-футбол. Исходное положение (стойки), перемещения.	2	1	3
	66-67	Упражнения с ударами по катящемуся, летящему мячу средней частью подъема ноги, внутренней частью подъема ноги, носком.		1	3
Тема 4.1.2. Выполнение ударов головой на месте и в прыжке, ударов по воротам.	Содержание практических занятий				
	68-69	Упражнения для развития скоростных способностей.	2	1	3
	70-71	Выполнение ударов головой на месте и в прыжке, ударов по воротам		1	3
Зачёт	72	Зачет по всему курсу	1	1	3
Всего:	Обязательная аудиторная учебная нагрузка:		70		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Физическая культура».

Реализация учебной дисциплины требует:

- наличие спортивного зала, стадиона (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, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, 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).

- наличие спортивного инвентаря (стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, 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 и др

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники: Дополнительные источники:

1. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н.Курысь, И.Б.Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
2. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А.Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
3. 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», 2006. – 448 с.
4. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
5. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И.Евсеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
6. 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, 2010. – 296 с.: ил.
7. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2009. 322 с.

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
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты (личностные, метапредметные, предметные результаты)	Элементы компетенций	Результаты воспитания	Формы и методы контроля и оценки
Личностные:			
Проявлять осознание русской гражданской идентичности	ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учётом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения: -проявляет русскую гражданскую идентичность, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герба, флага, гимна); -проявляет готовность к служению Отечеству, его защите; - осознаёт свои конституционные права и	ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны. ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	-сдача нормативов ГТО, сдача контрольных нормативов; -участие в соревнованиях; -выявить характер усвоения студентами отдельных разделов программы; гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол и др.) плавания, лыжной подготовки и др.; -определить характер воздействия учебного процесса на сдвиги в уровнях физического развития и физической подготовленности; - определить подготовленность учащихся к

	обязанности; - уважает закон и правопорядок; - осознанно принимает традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности. ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности: - владеет различными видами устного пересказа учебного текста, письменного изложения учебного текста в соответствии с заданием.		выполнению норм и требований программы; - оперативный контроль, проверка учебной деятельности студентов и преподавателя по освоению большого объема программного материала (выражены в оценках показателей физической подготовленности (м, с, масса, количество повторений и т.д.); - итоговый контроль проводится в конце определенного этапа, периода (семестр) учебного процесса; - врачебно-педагогические наблюдения на уроках физической культуры, соревнований; - профилактический контроль, позволяет предупредить возникновение ошибок во время выполнения упражнений; - коррекционный контроль (корректирование учебных, соревновательных действий); - Участие в «Дне здоровья», на субботах, в военно-спортивной игре «А, ну-ка, парни!», «А, ну-ка девушки!»;
--	---	--	---

			- участие в спартакиадах проводимые ГАПОУ АТТ по различным видам спорта; - Оценка участия в диспутах по теме «Здоровый образ жизни — основа высокой работоспособности и здоровья человека». - Кросс походы, марш-броски, различные эстафеты, «Веселые старты», командные игры, сдача контрольных нормативов;
Демонстрировать готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению	ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности: - проявляет принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - проявляет бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; - владеет современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	-сдача нормативов ГТО, сдача контрольных нормативов; -участие в соревнованиях; -выявить характер усвоения студентами отдельных разделов программы; гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол и др.) плавания, лыжной подготовки и др.; - Участие в «Дне здоровья», на субботниках, в военно-спортивной игре «А, ну-ка, парни!», «А, ну-ка девушки!»; - участие в спартакиадах проводимые ГАПОУ АТТ по различным видам спорта; - Оценка участия в диспутах
Иметь мотивацию к обучению и личностному развитию		ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	

			по теме «Здоровый образ жизни – основа высокой работоспособности и здоровья человека». - Кросс походы, марш-броски, различные эстафеты, «Веселые старты», командные игры, сдача контрольных нормативов;
Целенаправленно развивать внутреннюю позицию личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формировать систему значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосудия, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы	ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях: - владеет основными мерами защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правилами поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде: - осознает особенности своего темпа работы и темпа работы других обучающихся; - проявляет стремление к сотрудничеству в групповой деятельности; - организует деятельность других обучающихся при выполнении практического задания; - проявляет готовность помочь другим обучающимся в решении учебных и производственных задач.	ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях. ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	-сдача нормативов ГТО, сдача контрольных нормативов; -участие в соревнованиях; -выявить характер усвоения студентами отдельных разделов программы; гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол и др.) плавания, лыжной подготовки и др.; -определить характер воздействия учебного процесса на сдвиги в уровнях физического развития и физической подготовленности; - определить подготовленность учащихся к выполнению норм и требований программы; - Кросс походы, марш-броски, различные эстафеты, «Веселые старты», командные

			игры, сдача контрольных нормативов;
Метапредметные:			
Демонстрировать освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (результативные, познавательные, коммуникативные); Уметь самостоятельно их использовать в познавательной и социальной практике, быть готовыми к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории	ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде: - делает доклад, взаимодействует в различных организационных формах диалога и полилога. ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности: - находит необходимую книгу или статью, пользуясь библиографическими списками, каталогами, открытым доступом к книжным полкам; - осуществляет поиск информации в сети Интернет; - проводит обработку и интерпретацию полученной информации, в том числе с использованием компьютерных программ. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях: -критически высказывается о результатах собственной учебной деятельности;	ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих. ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа». ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей	-сдача нормативов ГТО, сдача контрольных нормативов; -участие в соревнованиях; -выявить характер усвоения студентами отдельных разделов программы; гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол и др.) плавания, лыжной подготовки и др.; -определить характер воздействия учебного процесса на сдвиги в уровнях физического развития и физической подготовленности; - определить подготовленность учащихся к выполнению норм и требований программы; - оперативный контроль, проверка учебной деятельности студентов и преподавателя по освоению большого объёма программного материала (выражены в оценках показателей физической

	-целенаправленно анализирует различные точки зрения с тем, чтобы вынести собственное суждение; -осознает свои способности, понимает свои возможности и ограничения в учебной деятельности. ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учётом особенностей социального и культурного контекста: - владеет различными видами устного пересказа учебного текста, письменного изложения учебного текста в соответствии с заданием.	многонационального народа России. ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	подготовленности (м, с, масса, количество повторений и т.д); - итоговый контроль проводится в конце определенного этапа, периода (семестр) учебного процесса; - врачебно-педагогические наблюдения на уроках физической культуры, соревнований; - профилактический контроль, позволяет предупредить возникновение ошибок во время выполнения упражнений; - коррекционный контроль (корректирование учебных, соревновательных действий); - Участие в «Дне здоровья», на субботах, в военно-спортивной игре «А, ну-ка, парни!», «А, ну-ка девушки!»; - участие в спартакиадах проводимые ГАПОУ АТТ по различным видам спорта; - Кросс походы, марш-броски, различные эстафеты, «Веселые старты», командные игры, сдача контрольных нормативов;
--	---	---	---

Иметь представление о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; права и обязанности гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны	ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях: -демонстрирует сформированность экологического мышления и способности учитывать и оценивать экологические последствия в разных сферах деятельности; -демонстрирует сформированность личностного отношения к экологическим ценностям, моральной ответственности за экологические последствия своих действий в окружающей среде; - осознает гражданские права и обязанности в области энерго- и ресурсосбережения в интересах сохранения окружающей среды, здоровья и безопасности жизни; - владеет умениями применять экологические знания в жизненных ситуациях, производственной деятельности. ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности: - работает с основными компонентами текста учебника или учебного пособия: оглавлением, учебным текстом, вопросами и заданиями, иллюстрациями, схемами, таблицами;	ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны. ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций. ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой. ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	-сдача нормативов ГТО, сдача контрольных нормативов; -участие в соревнованиях; -выявить характер усвоения студентами отдельных разделов программы; гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол и др.) плавания, лыжной подготовки и др.; -определить характер воздействия учебного процесса на сдвиги в уровнях физического развития и физической подготовленности; - определить подготовленность учащихся к выполнению норм и требований программы; - оперативный контроль, проверка учебной деятельности студентов и преподавателя по освоению большого объёма программного материала (выражены в оценках показателей физической подготовленности (м, с, масса, количество повторений и т.д); - итоговый контроль
--	--	---	---

	- составляет план учебного текста, конспект текста; - выделяет значимое в блоке учебной информации. ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учётом особенностей социального и культурного контекста: -владеет умением представлять тексты в виде тезисов, конспектов, рефератов и др.		проводится в конце определенного этапа, периода (семестр) учебного процесса; - врачебно-педагогические наблюдения на уроках физической культуры, соревнований; - профилактический контроль, позволяет предупредить возникновение ошибок во время выполнения упражнений;
			- коррекционный контроль (корректирование учебных, соревновательных действий); - Участие в «Дне здоровья», на субботах, в военно-спортивной игре «А, ну-ка, парни!», « А, ну-ка девушки!»; - участие в спартакиадах проводимые ГАПОУ АТТ по различным видам спорта; - Оценка участия в диспутах по теме «Здоровый образ жизни — основа высокой работоспособности и здоровья человека». - Кросс походы, марш-броски, различные эстафеты, «Веселые старты», командные игры, сдача контрольных нормативов;

