

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение «Буинский ветеринарный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УМР



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 04 «Физическая культура»

по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность»

(уровень подготовки базовый)

Форма обучения - очная

Нормативный срок обучения – 3 года 6 месяцев

на базе основного общего образования

Профиль получаемого профессионального
образования социально-экономический

Буинск, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности

40.02.02 «Правоохранительная деятельность» утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. № 68 (зарегистрированного в Министерстве юстиции Российской Федерации 26 февраля 2018 г. рег. № 50136);

- 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»;

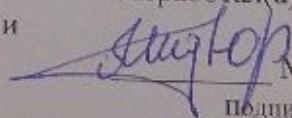
Примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура», для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования». Протокол № 14 от 30.11.2022 г.;

- Локального акта «Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных дисциплин», утвержденного приказом № 231 о/д от 29.08.2023 г.

- Рабочей программы воспитания, утвержденной приказом №256 от 06.09.2023 г.

Обсуждена и одобрена на заседании предметной цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин

Разработал(а) преподаватель:

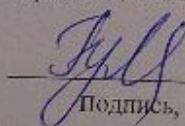


Мифтахутдинов Ю.Р.

Подпись, инициалы фамилия

Протокол № 1
«31» августа 2023г.

Председатель ПЦК



Г.М.Гумерова
Подпись, инициалы фамилия

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность, входящей в состав укрупненной группы специальностей 40.00.00 Юриспруденция.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Общий гуманитарный и социально – экономический учебный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся *должен уметь*:

У1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

У2. самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку;

У3. применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности;

У4. применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению лиц, подозреваемых в совершении правонарушений;

В результате освоения дисциплины обучающийся *должен знать*:

З1. о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2. основы здорового образа жизни;

З3. способы самоконтроля за состоянием здоровья;

З4. тактику силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия.

Освоение дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура направлено:

– на формирование *общих компетенций*, включающими в себя способность:

ОК 2. Понимать и анализировать вопросы ценностно-мотивационной сферы.

ОК 3. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 6. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 10. Адаптироваться к меняющимся условиям профессиональной деятельности.

ОК 14. Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности.

– овладение *профессиональными компетенциями*, соответствующими видам деятельности:

ПК 1.6. Применять меры административного пресечения правонарушений, включая применение физической силы и специальных средств.

Реализация воспитательного содержания рабочей программы учебной дисциплины достигается посредством решения воспитательных задач в ходе каждого занятия в единстве с задачами обучения и развития личности студента; целенаправленного отбора содержания учебного материала, использования современных образовательных технологий.

Воспитательный потенциал дисциплины направлен на достижение следующих личностных результатов, составляющих портрет выпускника СПО, определенного рабочей Программой 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 профессионально 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, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

ЛР 13 - Демонстрирующий готовность и способность вести с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности

ЛР 14 - Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности

ЛР 15 - Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем

Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 340 часа, в том числе:
в форме практической подготовки 2 часа;
обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 170 часов;
самостоятельная работа обучающегося 170 часа;
практические занятия 168 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной нагрузки (всего)	168
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	166
в том числе:	
Теоретическое обучение	2
Лабораторные работы	0
Практические занятия	166
из них в форме практической подготовки	
Контрольные работы	0
Промежуточная аттестация	0
Консультация	8
Индивидуальное проектное задание	0
Курсовая работа (проект)	0
Самостоятельная работа обучающегося	0
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Легкая атлетика		30/4	
Тема 1.1.	Особенности организации занятий по легкой атлетике. Техника безопасности.		
Тема 1.2.	Низкий старт, ускорение, финиш	2	1
Тема 1.3	Эстафетный бег 4x100 м, прыжок в длину с места	2	1
Тема 1.4.	Эстафеты бег 4x100 м, прыжок в длину с места	2	2
Тема 1.5.	Высокий старт, бег по прямой с различной скоростью, челночный бег.	2	2
Тема 1.6.	Высокий старт, бег по прямой с различной скоростью, челночный бег.	2	2
Тема 1.7.	Поясние строй, шерента, коломна, перестроение.	2	2
Тема 1.8.	Прыжки в длину с места, ОФП, метание гранаты.	2	1
Тема 1.9.	Прыжки в длину с места, ОФП, метание гранаты.	2/1	1
Тема 1.10.	Высокий старт, толкание ядра.	2/1	2
Тема 1.11.	Толкание ядра.	2	1
Тема 1.12.	Совершенствование высокого старта, ОФП	2	2
Тема 1.13.	Соверш., низкий старт, соверш. толкание ядра. Самостоятельно: основы здорового образа жизни. ФК в обеспечении здоровья.	2/1	2
Тема 1.14.	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ногу».	2	2
Тема 1.15.	Метание гранаты 500г(д), 700г(ю) ОФП.	2	2
Раздел 2		16/4	
Гимнастика			
Тема 2.1.	Особенности организации занятий по гимнастике. Техника безопасности. Страховка, самостраховка. Понятие: колонна, шерета.	2	1
Тема 2.2.	Стойка на лопатках. Кувьрки вперед, назад.	2	2
Тема 2.3.	Мост из положения лежа на спине.	2	2
Тема 2.4.	Равновесие, лазание по канату, ОФП.	2/1	1
Тема 2.5.	Кувьрки вперед, назад. Мост из положения лежа на спине.	2	1
Тема 2.6.	Равновесие. Лазание по канату. ОФП.	2/1	2

Тема 2.7	ОРУ для профилактики проф. Заболеваний. Висы и упоры.	4 2
Раздел 3. Спортивные игры		50
Тема 3.1.	Особенности организации занятий по волейболу.	2
Тема 3.2.	ТБ. Стойки, перемещения	2
Тема 3.3.	Перемещения по площадке.	2
Тема 3.4.	Нижняя пр подача, учебная игра.	2
Тема 3.5.	Нападающий удар. Подача мяча, вверх прямо	2
Тема 3.6.	Нападающий удар. Подача мяча, вверх прямо.	2
Тема 3.7.	Прием мяча снизу двумя руками. Перемещение.	4
Тема 3.8.	Прием мяча снизу двумя руками. Перемещение.	2
Тема 3.9.	Прием мяча одной рукой с последующим падением. И перекатом в сторону.	4
Тема 3.10.	Прием мяча одной рукой в падении вперед.	2
Тема 3.11.	Перемещение. Блокирование.	2
Тема 3.12.	Правила игры. Игра по упрощенным правилам.	4
Тема 3.13.	Особенности организации занятий по баскетболу.	2
Тема 3.14.	Ловля и передача мяча. Ведение. Уч игра.	2
Тема 3.15.	Броски мяча в корзину с места. Техника перемещения.	2
Тема 3.16.	Броски мяча в корзину с места. Техника перемещения.	2
Тема 3.17.	Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом). Прием техники защиты – перехват.	2
Тема 3.18.	Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом). Прием техники защиты – перехват.	2
Тема 3.19.	Накрывание. Нападение. Тактика защиты.	2
Тема 3.20.	Правила игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола.	2
Тема 3.20.	Правила игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола.	2
Тема 3.21.	Обучение техн. действиям в команде. Броски с дальнего расстояния.	28
Раздел 4. Лыжная подготовка		
Тема 4.1.	Особенности организации занятий по лыжной подготовке. ТБ. Строевые упражнения на лыжах. Одновременный беспажрыйход	2

Тема 4.2.	Строевые упражнения без лыж. Одновременный одношажный ход.	2
Тема 4.3.	Строевые упражнения в преодолении подъемов и препятствий.	4
Тема 4.4.	Двухшажный ход. Поворот. Прохождение дистанций до 5 км(д), до 8 км (ю).	2
Тема 4.5.	Двухшажный ход. Поворот. Прохождение дистанций до 5 км(д), до 8 км (ю).	2
Тема 4.6.	Двухшажный ход. Подъемы. Прохождение дистанций.	2
Тема 4.7.	Двухшажный ход. Подъемы. Прохождение дистанций.	2
Тема 4.8.	Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований.	2
Тема 4.9.	По переменный двухшажный ход. Прохождение дистанций.	2
Тема 4.10	Одновременный беспашажный ход. Торможение. Прохождение дистанций.	2
Тема 4.11	Одновременный беспашажный ход. Торможение. Прохождение дистанций.	2
Тема 4.12	Переход с хода на ход, в зависимости от условий дистанций.	2
Тема 4.13	Первая помощь при травмах и обморожениях. Подъемы и спуски.	2
Раздел 5.		2
Футбол		36/2
Тема 5.1	Правила игры. СРУ на развитие скоростно-силовых качеств	2/1
Тема 5.2	Выполнение упражнений с ударами по катящемуся, летящему мячу средней частью подъема ноги, внутренней частью подъема ноги, носком.	2
Тема 5.3	Совершенствование ударов по катящемуся, летящему мячу средней частью подъема ноги, внутренней частью подъема ног, носком.	2
Тема 5.4	Выполнение ударов головой на месте и в прыжке, ударов по воротам.	2
Тема 5.5	Выполнение упражнений с остановкой мяча ногой, грудью.	2
Тема 5.6	Выполнение специальных беговых упражнений.	2
Тема 5.7	Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений.	2
Тема 5.8	Выполнение ОРУ с отягощениями.	2/1
Тема 5.9	Передача мяча в парах, тройках на месте и в движении, Игра «квадрат».	2
Тема 5.10	Ведение мяча.	2
Тема 5.11	Техника игры вратаря.	2
Тема 5.12	Выполнение упражнений с передачей мячей в парах, тройках на месте и в движении.	2
Тема 5.13	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.	2
Тема 5.14	Отработка тактических приемов в ходе игры.	2
Тема 5.15	Совершенствование упражнений с отбиранием мяча, обманных движений.	2
Тема 5.16	Совершенствование ударов по летящему мячу.	2

Тема 5.17	Совершенствование ударов головой на месте и в прыжке, ударов по воротам.	2	8
Раздел 6 Плавание (теоретические занятия)			
Тема 6.1.	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди, спине, брасса	4	1
Тема 6.2.	Освоение стартов, поворотов, ныряния ногами и головой	2	1
Тема 6.3	Освоение самоконтроля при занятиях плаванием	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся- написание рефератов по теме «Плавание»	2	2
	Консультации		
	Дифференцированный зачет		
	Итого		168

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)

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению
Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: спортивный зал; Большой зал; Малый зал.

Спортивный зал:

1. Большой зал

- спортивный инвентарь (мячи волейбол – 5 шт., футбол – 5 шт., баскетбол – 5 шт., маты гимнастические-10 шт., скакалки-10 шт., гантели-4 шт. и др., обручи – 10 шт.);
- площадка для игры в волейбол-1 ед.;
- площадка для игры в баскетбол-1 ед.;
- площадка для игры в мини футбол-1 ед.
- площадка для игры в гандбол-1 ед.;
- секундомер – 1 ед.;
- скамейки – 3 шт.
- аптечка медицинская.

2. Малый зал

- площадка для борьбы
- площадка для бокса
- тренажеры
- канат
- скамейка
- турник (шведская стенка) – 2 шт.
- теннисный стол – 1 ед., ракетки – 4 компл.

Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники

1. Физическая культура: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования / [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев]. – 19-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 176 с.
ISBN 978-5-4468-7250-3

2. ЭБС Znanium: Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. -

Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1815141> (дата обращения: 04.12.2021). – Режим доступа: по подписке.

Дополнительные источники

1. ЭБС Znanium: Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. — 2-е изд., пере-раб. - М.: Альфа-М : ИНФРА-М, 2018. - 336 с.: ил. - ISBN 978-5-98281-157-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/927378> (дата обращения: 04.12.2021). – Режим доступа: по подписке.

Интернет-ресурсы

1. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php>
2. Здоровье и образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.valeo.edu.ru>
3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lfsksport.ru/>
4. Научный портал Теория.Ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru>
5. Официальный сайт Олимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>
6. Российская спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/>
7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>

2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура»

Результаты (личностные, метапредметные, предметные) Личностные:	Результаты освоения дисциплины направлены на формирование: Компетенций (ОК)	Результатов воспитания (ЛР)	Формы и методы контроля и оценки
<p>— готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;</p>	<p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей</p>	<p>ЛР 14. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>Оценка выполнения практических работ: Строевые приемы; порядок выполнения приветствия, проведения строевого смотра.</p>
<p>Соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности</p>	<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>ЛР 9. Сознательный пешность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию.</p>	<p>Оценка портфолио (участие в «Дне здоровья», военно-спортивной игре «А, ну-ка, парни!», в «Зимнем Сабантусе», на субботниках). Оценка участия в диспутах по теме «Здоровый образ жизни – основа высокой работоспособности и здоровья человека». Анкетирование.</p>
<p>Ответственно относиться к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной ответственности</p>		<p>Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психотропных веществ, азартных игр, любых форм зависимости),</p>	

<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике; – готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности; – готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре. 	<p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами</p>	<p>деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде</p>	<p>Оценка за выступление на занятиях с информационными сообщениями на тему «Здоровый образ жизни».</p> <p>Оценка за оформление и защиту рефератов по разделам спортивных игр</p> <p>Участие в различных соревнованиях разного уровня по видам спорта и спортивных игр</p>
	<p>ЛР 13. Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности</p> <p>ЛР 14. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>		

<p>получаемую из различных источников;</p> <p>– формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p> <p>Предметные:</p>			<p>– умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <p>– владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>– владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p>
<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;</p>	<p>ЛР 9. Сознательная ценность жизни, здоровья и безопасности. Следующий и проагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию.</p>	<p>Оценки решения тестовых заданий, результаты самостоятельной работы, результаты практических занятий</p> <p>- наблюдение за обучающимися в процессе освоения вида профессиональной деятельности на аудиторных занятиях и практике;</p> <p>- наблюдение и оценка процесса и результатов выполнения заданий, требующих поиска и анализа информации;</p> <p>- наблюдение и оценка выполнения задания во время зачета</p> <p>- выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>	<p>ЛР 14. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному</p>

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

– 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).

образованием как условие успешной профессиональной и общественной деятельности