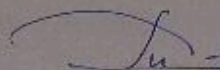


Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение «Буинский ветеринарный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УМР


31.08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД .09 «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»;

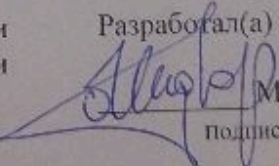
Примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура», для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования». Протокол № 14 от 30.11.2022 г.;

- 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.

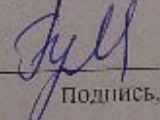
Обсуждена и одобрена на заседании предметной цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин

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.

Местодисциплины 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:*

31. о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
32. основы здорового образа жизни;
33. способы самоконтроля за состоянием здоровья;
34. 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, профессиональных 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)	72
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	72
в том числе:	
Теоретическое обучение	4
Лабораторные работы	0
Практические занятия	68
из них в форме практической подготовки	
Контрольные работы	0
Промежуточная аттестация	0
Консультация	4
Индивидуальное проектное задание	0
Курсовая работа (проект)	0
Самостоятельная работа обучающегося	0
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрена)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрена)	Объем, эк. з.ч. в том числе в форме практической подготовки, эк. ч.	Уровень освоения
<p style="text-align: center;">1</p> <p>Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности</p>	2	3 4/-	4
<p>Тема 1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья 2 Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста 3 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями 4 Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств 	4/- 2	1
<p>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</p> <p>Тема 2.1. Легкая атлетика</p>		2	3
<p>Тема 2.1.1 Бег на короткие дистанции</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника бега на короткие дистанции, низкого старта, бега по дистанции, финиширование. 2 ОФП и СФП на уроках легкой атлетики. 	2 2	3

	<p>Практические занятия Развитие скоростно-силовых качеств, быстроты, выносливости, силы. Выполнение техники низкого старта. Выполнение ОФП и СФП. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Сдача контрольных нормативов: (бег 100 м), ОФП, СФП. Выполнение комплекса ОРУ.</p>	6	
<p>Тема 2.1.2 Бег на средние и длинные дистанции</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника бега на средние и длинные дистанции, бег по прямой и в поворотах, на стадионе и пересеченной местности. 2 Прыжки в длину с места. 	3	
	<p>Практические занятия Развитие физических качеств. Выполнение техники высокого старта. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. Сдача контрольных нормативов: бег 500 м; 1000 м; ОФП. Выполнение комплекса ОРУ.</p>	8	
<p>Тема 3. Спортивные игры Тема 3.1. Баскетбол</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	8	

	<ol style="list-style-type: none"> 1 Перемещение по площадке. 2 Ведение мяча. 3 Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. 4 Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола. Броски мяча по 5 колыду с места, в движении. 5 Тактика игры в нападении. 6 Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. 7 Двусторонняя игра. 	3
	<p>Практические занятия</p> <p>Совершенствование техники индивидуальной игры в защите (стойка, перемещение, остановка, повороты).</p> <p>Совершенствование командной защиты 3-2; 2-3; 1-3-1. Выполнение ОФП и СФП. Совершенствование индивидуальной игры в подагати.</p> <p>Развитие физических качеств.</p> <p>Заключение протоколов соревнований по баскетболу.</p> <p>Сдача контрольных нормативов. Выполнение комплекса ОРУ.</p>	8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3
		8
		3

Тема 3.2. Волейбол

Содержание учебного материала

- 1 Стойки в волейболе.
- 2 Перемещение по площадке.
- 3 Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.
- 4 Приём мяча.
- 5 Передачи мяча.
- 6 Нападающие удары.
- 7 Блокирование нападающего удара.

- 8 Страховка у сетки.
- 9 Расстановка игроков.
- 10 Тактика игры в защите, в нападении.
- 11 Индивидуальные действия игроков.
- 12 Взаимодействие игроков.
- 13 Учебная игра.

	<p>Практические занятия Совершенствование индивидуальной игры в защите (первая передача мяча, блокирование). Верхняя передача, нижняя передача. Совершенствование индивидуальных действий в волейболе. Выполнение ОФП и СФП. Развитие физических качеств. Заполнение протоколов соревнований по волейболу. Сдача контрольных нормативов. Выполнение комплекса ОРУ.</p>		3
<p>Тема 3.3. Настольный теннис</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Стойки игрока. 2 Способы держания ракетки: горизонтальная хватка, вертикальная хватка. Передвижения: бастажные, шаги, прыжки, рывки. 3 4 Технические приёмы: подача, подрезка, накат, подставка, топ-спин, топ-удар, сэча. Тактика игры. 5 6 7 <p>Практические занятия Выполнение вращения теннисного мяча. Выполнение ударов по мячу. Выполнение тактически одиночной игры. Совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис. Развитие физических качеств. Сдача нормативов по ОФП. Выполнение комплекса ОРУ ШПФД.</p>		4
<p>Тема 3.4. Футбол</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Переменаение по полю. 		6

	<p>2 Введение мяча. 3 Передачи мяча. 4 Удары по мячу ногой, головой. 5 Остановка мяча ногой. 6 Приём мяча: ногой, головой. 7 Удары по воротам. 8 Обманные движения. 9 Обводка соперника, отбор мяча. 10 Тактика игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия). Техника и тактика игры вратаря. 11 Взаимодействие игроков. 12 Учебная игра.</p>		
	<p>Практические занятия Совершенствование техники ударов по мячу ногой, остановка мяча. Ведение мяча. Совершенствование индивидуальных действий игрока. Совершенствование техники и тактики игры в футбол. Развитие физических качеств. ОФП и СФП. Сдача контрольных нормативов. Выполнение комплекса ОРУ ШФП.</p>	6	
	<p>Содержание учебного материала 1 Ритмическая гимнастика 2 Атлетическая гимнастика, работа на тренажёрах</p> <p>Практические занятия <i>Ритмическая гимнастика:</i> Обязательные элементы: подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа – четырёхкратное исполнение подряд. Дополнительные элементы: кувырки вперёд и назад, падение в упор лежа, перевороты вперёд, назад, в сторону, подъём разгибом с лопаток. Основные виды перемещений. Базовые шаги, движения руками, базовые шаги с ланжешами руками. Техника выполнения движений в степ-аэробике: общая характеристика степ-аэробики, различные положения и виды платформ. Основные исходные положения. Движения ногами и руками в различных видах степ-аэробики.</p>	6	3
<p>Тема 4. Аэробика и атлетическая гимнастика</p>		6	

Методы регулирования нагрузки в ходе занятий аэробикой. Специальные комплексы развития гибкости и их использование в процессе физкультурных занятий.

Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.

Круговой метод тренировок для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.

Упражнения на блочных тренажерах для развития основных мышечных групп. Упражнения со свободными весами: гантелями, штангами. Упражнения с собственным весом. Техника выполнения количества повторений.

Методы регулирования нагрузки: изменение веса, исходного положения упражнения, комплексы упражнений для акцентированного развития определенных мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний

Тема 5. Кроссовая подготовка

Содержание учебного материала

1	Кроссовая подготовка.	6
2	Бег по стадиону. Бег по нерасчтенной местности до 5 км.	
Практические занятия		
Техника бега по нерасчтенной местности, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши)		6
Бег по стадиону. Бег по нерасчтенной местности до 3-5 км. Бег на подъемах, бег на спусках, бег по сыпучему, каменистому грунту.		

Тема 6. Элементы Единоборств

Содержание учебного материала

Приемы самообороны.		60%
Обучение стойке, изучение падений и бросков, изучение приемов борьбы лежа и стоя, изучение приемов самозащиты.		
Комбинация бросков, ответные приемы против основных бросков		
Болевые приемы.		
Гигиена борца.		12
Практические занятия		
Учебная схватка. Силовые упражнения и единоборства в парах. Овладение приемами страховки, подвижные игры. Самоконтроль при занятиях единоборствами. Правила соревнований по одному из видов единоборств. Техника безопасности в ходе единоборств.		
Тактика силового задержания и обезвреживания противника, самозащита без оружия.		

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)

2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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. Палтиевиц, 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://lksport.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/>

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

Результаты (личностные, метапредметные, предметные) и способности	Результаты освоения дисциплины направлены на формирование:		Формы и методы контроля и оценки
	Компетенций (ОК)	Результатов воспитания (ЛР)	
готовность и способность участвующих к саморазвитию и личностному самоопределению;	ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей	ЛР 14. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	Оценка выполнения практических работ. Строевые приемы; порядок выполнения приветствия, проведения строевого смотра.
	ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	ЛР 9. Сознательный ценностный подход к здоровью и безопасности. Соблюдение правил и здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, нарко-тиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимость), поведения в обществе, в том числе в цифровой среде	
соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности, исключить из своей жизни вредные привычки (курение, пьянство и т. д.) ответственно относиться к окружающей среде, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности			

<p>способность использовать предметные понятия и универсальные учебные действия регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, интеллектуальной, оздоровительной и социальной практике;</p> <p>- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов воспитательной активности;</p> <p>- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;</p> <p>- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p>	<p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами</p>	<p>ЛР 13. Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигая 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>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>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение использовать разнообразные формы и виды интеллектуальной деятельности для интеллектуальной деятельности образа жизни, активного отдыха и досуга; - владение современными технологиями укрепления и 	<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня</p>	<p>ЛР 9. Сознательный ценностный, здоровый и безопасный. Соблюдающий и пронаблюдающий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая</p>	<p>Оценка решения тестовых заданий, результатов самостоятельной работы, результаты практических занятий</p> <p>- наблюдение за обучающимися в процессе освоения вида</p>

<p>охранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; - 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 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). 	<p>физической подготовленности:</p>	<p>активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию.</p> <p>Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных зависимостей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимости), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде</p> <p>ЛР 14. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>профессиональной деятельности на аудиторных занятиях и практике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение и оценка процесса и результатов выполнения заданий, требующих поиска и анализа информации; - наблюдение и оценка выполнения задания во время занятия - вышеступно нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------