

Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области «Губернский колледж города Похвистнево»

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора ГБПОУ «ГКП»

№ 146-од «15» мая 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

общеобразовательного цикла
основной профессиональной образовательной программы –
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности

44.02.01 Дошкольное образование

РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ

Предметно-цикловая комиссия
преподавателей ОП «Педагогическое
образование» программ подготовки
специалистов среднего звена
Протокол № 10 от 10 мая 2023г.
Председатель Л.В. Ткаченко

СОГЛАСОВАНО

Предметно-цикловая комиссия
преподавателей ОП « Медицинское
образование» программ подготовки
специалистов среднего звена
Протокол № 10 от 10 мая 2023г.
Председатель Н.Ф. Кромская

Составитель: Нечаева Н. К., преподаватель ГБПОУ «ГКП»

Содержание программы реализуется в процессе освоения обучающимися основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413, а также с учётом требований ФГОС СПО 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.08.2022 г., № 743.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.....	14
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	15
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	24
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	26
Приложение 1	28
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО.....	28
Приложение 2	32
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО.....	32
Приложение 3.....	33
Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения.....	33

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.1 Область применения программы

Программа учебного предмета Физическая культура разработана на основе:
федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО);
примерной основной образовательной программы среднего общего образования (далее – ПООП СОО);
федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) **44.02.01 Дошкольное образование**;
примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» по гуманитарному профилю (для профессиональных образовательных организаций);
учебного плана по специальности **44.02.01 Дошкольное образование**;
рабочей программы воспитания по специальности **44.02.01 Дошкольное образование**.

Программа учебного предмета Физическая культура разработана в соответствии с Концепцией преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования, утвержденной распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 30.04.2021 № Р-98, на основании письма Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2021 № 05-1136 «О направлении методик преподавания».

Содержание рабочей программы по предмету Физическая культура разработано на основе:

- синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК, ПК) с учетом профильной направленности специальности **44.02.01 Дошкольное образование**;

- интеграции и преемственности содержания по предмету «Физическая культура» и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

1.2 Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет Физическая культура изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по **44.02.01 Дошкольное образование** на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета Физическая культура по специальности **44.02.01 Дошкольное образование** отводится **82 часа** в соответствии с учебным планом по специальности **44.02.01 Дошкольное образование**.

В программе теоретические сведения дополняются лабораторными работами и практическими занятиями в соответствии с учебным планом по специальности **44.02.01 Дошкольное образование**.

Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках предмета «Физическая культура».

Контроль качества освоения предмета Физическая культура проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет, как традиционными, так и инновационными методами, включая компьютерное тестирование. Результаты контроля учитываются при подведении итогов по предмету.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета (1 семестр) и дифференцированного зачета (2 семестр) по итогам изучения предмета.

1.3 Цели и задачи учебного предмета

Реализация программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

- освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные базового уровня (ПРБ).

- подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по **44.02.01 Дошкольное образование**.

В соответствии с ПООП СОО содержание программы направлено на достижение следующих задач:

- формировать представления о роли языка в жизни человека, общества, государства;
- обеспечить освоение знаний о физическом воспитании, о закономерностях её функционирования, о базовых понятиях физической культуры;

- воспитать мотивационно-ценностного отношения учащихся к физической культуре;
- формировать представление о навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

- развивать способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

- формировать умения использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- способствовать свободному владению современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия (далее – УУД), включая формирование компетенций в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Формирование УУД ориентировано на профессиональное самоопределение обучающихся, развитие базовых управленческих умений по планированию и проектированию своего профессионального будущего.

1.4 Общая характеристика учебного предмета

Предмет Физическая культура изучается на базовом уровне

Предмет Физическая культура имеет междисциплинарную связь с дисциплинами общепрофессионального цикла, ОУП.13. Безопасность жизнедеятельности, а также междисциплинарным курсом (далее - МДК) МДК.01. 02. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста.

Содержание предмета направлено на достижение всех личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СПО.

В профильную составляющую по предмету входит профессионально направленное содержание, необходимое для формирования у обучающихся общих и профессиональных

компетенций.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета Физическая культура особое внимание уделяется формированию разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности организации активного отдыха; способной реализовывать сформированный потенциал физической культуры в последующей профессиональной деятельности.

1.5 Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРБ):

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
Личностные результаты (ЛР)	
ЛР 01	готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению; - сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
ЛР 02	потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
ЛР 06	приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
ЛР 07	формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
ЛР 09	готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
ЛР 13	способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры
ЛР 14	способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
ЛР 15	формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
ЛР 16	принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
ЛР 17	умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
ЛР 18	патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной; готовность к служению Отечеству, его защите;
Метапредметные результаты (МР)	
МР 02	способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
МР 04	готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
МР 08	освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
МР 09	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;
МР 10	формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
МР 11	умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;
Предметные результаты базовый уровень (ПРб)	
ПРб 01	умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
ПРб 02	владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ПРб 03	владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
ПРб 04	владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
ПРб 05	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).

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия, включая формирование компетенций обучающихся в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника).</p> <p>Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.</p>
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<p>Умения: определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач</p> <p>Знания: номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.</p>

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 03	<p>Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p>	<p>Умения: определять актуальность нормативно - правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; Определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; оформлять бизнес-план; рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; презентовать бизнес-идею; определять источники финансирования.</p> <p>Знания: содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования; основы предпринимательской деятельности; основы финансовой грамотности; правила разработки бизнес-планов; порядок выстраивания презентации; кредитные банковские продукты.</p>
ОК 04	<p>Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<p>Умения: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.</p> <p>Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности.</p>
ОК 05	<p>Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста</p>	<p>Умения: грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.</p> <p>Знания: особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений</p>

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Умения: описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения Знания: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения.
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Умения: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона. Знания: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности. Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения.

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	<p>Умения: понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.</p> <p>Знания: правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности.</p>

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета ОУП.12 Физическая культура закладывается основа для формирования ПК в рамках реализации ООП СПО по 44.02.01 Дошкольное образование.

Виды деятельности	Профессиональные компетенции, соответствующие видам деятельности
Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста	<p>ПК 1.1. Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования в области физического развития детей раннего и дошкольного возраста.</p> <p>ПК 1.2. Создавать развивающую предметно-пространственную среду, позволяющую обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК 1.3. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья детей раннего и дошкольного возраста, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в их самочувствии.</p> <p>ПК 1.4. Организовать процесс воспитания и обучения детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с санитарными нормами и правилами.</p>

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	82
Основное содержание	82
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
Практические занятия	76
Самостоятельная работа	0
Профессионально ориентированное содержание	
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	2
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	2

3. Тематический план и содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания		4			
Тема 1.1. Теоретические основы физического воспитания	Содержание учебного материала <i>Профессионально ориентированное содержание</i>	4	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 04, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 04, МР 05, МР 09	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Современное состояние физической культуры ГН ЛР ВР 10 и спорта. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек				
	«Готов к труду и обороне» (ГТО). Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО				
	Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа и стиля жизни. Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий.				
	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия.				
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Раздел 2. Легкая атлетика		30			
Тема 2.1. Бег на длинные дистанции	Содержание учебного материала	8	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР 11, ЛР 14 МР	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10 ГН ЛР ВР
	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.	0			
	Бег на длинные дистанции, («гладкий» бег), бег по пересеченной местности: бег в гору, бег под гору).	0			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	Элементы тактики бега на длинные дистанции		2,4,8,9		1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Практическое занятие 1-4. Совершенствование техники бега на длинные дистанции: техники «гладкого» бега (800-1500 м).	4			
	Практическое занятие 5-8. Совершенствование техники бега на длинные дистанции: техники бега по пересеченной местности (1000-3000 м).	4			
Тема 2.2 Бег на средние дистанции	Содержание учебного материала	6	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Бег на средние дистанции, («гладкий» бег», бег по пересеченной местности: бег в гору, бег под гору).	0			
	Элементы тактики бега на средние дистанции	0			
	Практическое занятие 9-12. Совершенствование техники бега на длинные дистанции: техники «гладкого» бега (800-1500 м).	4			
	Практическое занятие 13-14. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции: техники бега по пересеченной местности (1000-3000 м)	2			
Тема 2.3 Бег на короткие дистанции	Содержание учебного материала	6	2		
	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Бег на короткие дистанции (60 – 100 м.). Эстафетный бег (4*100м). Бег на выносливость	0			
	Практическое занятие 15-18. Совершенствование техники спринтерского бега (низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование)	4			
	Практическое занятие 19-20. Совершенствование техники эстафетного бега (передача эстафетной палочки)	2			
Тема 2.4 Метания различных	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7,	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9
	Техника безопасности при метаниях. Метания различных снарядов в цель и на дальность.	0			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
снарядов в цель и на дальность.	Практическое занятие 21-22. Совершенствование техники метаний различных снарядов в цель и на дальность (держание снаряда, броски с места, выполнение с крестного шага, метание с одного шага, метание со с крестного шага, метание с разбега, метание на дальность, метание по подвижным целям).	2	ЛР 11, ЛР 14 МР 2,4,8,9		ГН ЛР ВР 10
	Практическое занятие 23-24. Прием контрольных нормативов по метанию гранаты	2			
Тема 2.5 Прыжки в длину с разбега	Содержание учебного материала	6	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР 11, ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника безопасности при прыжках в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега различными способами				
	Практическое занятие 25-28. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега различными способами («согнув ноги», «ножницы», «прогнувшись»).	4			
	Практическое занятие 29-30. Прием контрольных нормативов по прыжкам в длину с места и бегу на 100 метров.	2			
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Раздел 3. Волейбол		12			
Тема 3.1 Прием и передача мяча двумя руками сверху	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР 11, ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника безопасности на занятиях по волейболу Техника и тактика игры в волейбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки в волейболе; – приемы и передачи мяча; – подачи мяча; – нападающий удар через сетку; – тактика игры в нападении и защите; – игра по упрощенным правилам волейбола, игра по	0			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	правилам.				
	Практическое занятие 31-34. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: техники передвижения, остановок, поворотов, стоек в волейболе (комбинации из освоенных элементов техники передвижений).	4			
Тема 3.2 Прием и передача мяча двумя руками снизу	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9		ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Техника и тактика игры в волейбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки в волейболе; – приемы и передачи мяча; – подачи мяча; – нападающий удар через сетку; – тактика игры в нападении и защите; – игра по упрощенным правилам волейбола.	0			
	Практическое занятие 35-38. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: техники нападающего удара через сетку.	4			
Тема 3.3 Нижняя прямая подача	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника безопасности на занятиях по волейболу Техника и тактика игры в волейбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки в волейболе; – -приемы и передачи мяча; – подачи мяча; – -нападающий удар через сетку; – -тактика игры в нападении и защите; – игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам.	0			
	Практическое занятие 39. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: тактики игры в волейбол (индивидуальные, групповые и командные тактические	1			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	действия в нападении и защите).				
	Практическое занятие 40-41. Игры с элементами волейбола.	2			
	Практическое занятие 42. Прием контрольных нормативов нижняя прямая подача и прием мяча сверху и снизу.	1			
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Раздел 4. Баскетбол		14			
Тема 4.1. Передачи мяча	Содержание учебного материала	2	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,	ОК 01.- ОК.09 ПК 1.3	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Спорт в физическом воспитании студентов Техника и тактика игры в баскетбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки; – ловля и передача мяча; – броски мяча; – тактика игры в нападении и защите; – игра в баскетбол по упрощенным правилам и игра по правилам	0			
	Практическое занятие 43-44. Совершенствование техники и тактики игры в баскетбол: техники передвижений, остановок, поворотов, стоек (комбинации из основных элементов техники передвижений).	2			
Тема 4.2. Ведение мяча	Содержание учебного материала	4	ПР601-05, ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК 1.3	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника и тактика игры в баскетбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки;	0			
	Практическое занятие 45-48. Совершенствование техники и тактики игры в баскетбол: техники ведение мяча (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника).	4			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
Тема 4.3. Броски в корзину	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК 1.3	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника и тактика игры в баскетбол: – броски мяча в корзину.	0			
	Практическое занятие 49-52. Совершенствование техники и тактики игры в баскетбол: техники бросков мяча: варианты бросков мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника (после ведения, после ловли, с противодействием, в прыжке).	4			
Тема 4.4. Взаимодействие игроков	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7, ЛР 11,ЛР 14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Техника и тактика игры в баскетбол: – передвижения, остановки, повороты, стойки; – ловля и передача мяча; – броски мяча; – тактика игры в нападении и защите; – игра в баскетбол по упрощенным правилам и игра по правилам.	0			
	Практическое занятие 53-54. Совершенствование техники и тактики игры в баскетбол: тактики игры (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите).	2			
	Практическое занятие 55-56. Прием контрольных нормативов: нижняя прямая подача, прием мяча сверху и снизу.	2			
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Раздел 5. Гимнастика		8			
Тема 5.1. Акробатические упражнения	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5,ЛР7,	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР
	Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	предметов. Общеразвивающие упражнения с предметами. Акробатические упражнения, комбинации		ЛР 11, ЛР 14 МР 2, 4, 8, 9		ВР 10
	Практическое занятие 57-58. Совершенствование строевых упражнений на месте и в движении.	2			
	Практическое занятие 59-60. Совершенствование общеразвивающих упражнений без предметов (комбинации из различных положений и движений рук, ног, туловища на месте и в движении).	2			
Тема 5.2 Гимнастические упражнения	Содержание учебного материала	4	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7 ЛР 11, ЛР 14 МР 2, 4, 8, 9		ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Выполнение опорного прыжка «ноги врозь», кувырок вперед. Упражнения в равновесии. Лазанье по канату. Упражнения на брусках.				
	Практическое занятие 61-64. Совершенствование упражнений на равновесие, Выполнение опорного прыжка «ноги врозь», кувырок вперед.	4			
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Раздел 6. Аэробика					
Тема 6.1 Ходьба, беговые движения, скачки, подскоки, прыжки.	Содержание учебного материала	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 04, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 04, МР 05, МР 09	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Аэробика: оздоровительная, спортивная, ГН ЛР ВР 10 прикладная.	2			
	<i>Профессионально ориентированное содержание</i> Практическое занятие 65-66. Совершенствование движений аэробики: ходьба, беговые движения, скачки, подскоки, прыжки.				
Тема 6.2 Упражнения для	Содержание учебного материала	2	ПР601-05 ЛР1,	ОК 01.- ОК.09	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН
	Упражнения для рук и плечевого пояса.	2			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код образоват. результата ФГОС СОО	Код образоват. результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
рук и плечевого пояса.	Практическое занятие 67-68. Совершенствование упражнений для рук и плечевого пояса.		ЛР5, ЛР7, ЛР11, ЛР14 МР 2,4,8,9	ПК1.1-1.4	ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
Тема 6.3 Упражнения для мышц шеи	Содержание учебного материала	2	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР11, ЛР14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Совершенствование комбинаций аэробики, упражнений для мышц шеи.	2			
	Практическое занятие 69-70. Выполнение видов упражнений для мышц шеи, в положении стоя.				
Тема 6.4 Упражнения для мышц спины и брюшного пресса: в положении стоя, сидя и лежа.	Содержание учебного материала	2	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР11, ЛР14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Акробатические упражнения для мышц спины и брюшного пресса: в положении стоя, сидя и лежа.	2			
	Практическое занятие 71-72. Выполнение упражнений в статике в положении сидя, стоя на коленях и лёжа на полу. Выполнение упражнения в положении сидя на полу 10-15 раз в каждом направлении.				
Тема 6.5 Упражнения для туловища и ног: в положении стоя, сидя, лежа.	Содержание учебного материала	2	ПР601-05 ЛР1, ЛР5, ЛР7, ЛР11, ЛР14 МР 2,4,8,9	ОК 01.- ОК.09 ПК1.1-1.4	ГН ЛР ВР 1 ГН ЛР ВР 7 ФН ГН ЛР ВР 9 ГН ЛР ВР 10
	Упражнения для туловища и ног: в положении стоя, сидя, лежа	2			
	Практическое занятие 73-74. Выполнение упражнений для туловища и ног: в положении стоя, сидя, лежа в положении стоя на коленях.				
	Лабораторные работы	Не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено			
	Контрольные работы	Не предусмотрено			
Итоговая (промежуточная) аттестация: дифференцированный зачет		2			
Всего		82			

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы в колледже все помещения, объекты Физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебного предмета «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по Физической культуре, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект электронных видеоматериалов;
- задания для контрольных работ;
- профессионально ориентированные задания;
- материалы экзамена.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- проектор с экраном.

Залы:

Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет.

Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы преподаватель использует перечень рекомендуемых учебных

изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники

Для преподавателей

1 Аллянов Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 4-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с.

2. Муллер А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. Физическая культура (базовый уровень)», Андриюхина Т.В., Третьякова Н.В. /Под ред. Виленского М.Я. – ООО «Русское слово», 2019 г.

3. Физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.П. Матвеев. — М.: Просвещение, 2019. — 319 с.

4. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с. <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>

5. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Г.И. Погадаев. — М.: ДРОФА / Учебник, 2019. — 288 с.

6. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / А.П. Матвеев, Е.С. Палехова. — М.: Вентана-Граф / Учебник, 2019. — 160 с.

Для студентов

1. Физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.П. Матвеев. — М.: Просвещение, 2019. — 319 с.
4. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с. <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>
5. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Г.И. Погадаев. — М.: ДРОФА / Учебник, 2019. — 288 с.
6. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / А.П. Матвеев, Е.С. Палехова. — М.: Вентана-Граф / Учебник, 2019. — 160 с.

Дополнительные источники

1. Бишаева А.А., Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учебное пособие / А.А.Бишаева. — Москва: КноРус, 2021. — 299 с.
2. Бишаева А.А., Физическая культура: учебник / А.А.Бишаева В.В. Малков. — Москва: КноРус, 2018. — 379 с.
3. Виленский, М.Я., Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2021. — 214 с.
4. Глек И.В., Чернышев П. А., Викирчук М.И, Виноградов А.С.; под редакцией Глека И В. Шахматы. Стратегия Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПР б)	Методы оценки
<p>ПРб 01. Ведение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СП</p>	<p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий. Знать современное состояние физической культуры и спорта. Уметь обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. Знать оздоровительные системы физического воспитания. Наблюдение и оценка результатов практических занятий</p>
<p>ПРб 02. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</p>	<p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий. Демонстрация мотивации и стремления к самостоятельным занятиям. Знать форму и содержание физических упражнений. Уметь организовывать занятия физическими упражнениями различной направленности с использованием знаний особенностей самостоятельных занятий для юношей и девушек. Знать основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены</p>
<p>ПРб 03. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки</p>	<p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий. Уметь самостоятельно использовать и оценивать показатели функциональных проб, упражнений тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Уметь корректировать содержание занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля</p>
<p>ПРб 04. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности</p>	<p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий. Знать требования, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Уметь использовать знания динамики работоспособности в учебном году и в период</p>

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПР б)	Методы оценки
	<p>экзаменационной сессии.</p> <p>Уметь определять основные критерии нервно эмоционального, психического и психофизического утомления.</p> <p>Уметь владеть методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения работоспособности.</p>
<p>ПРб 05. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста</p>	<p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий.</p> <p>Уметь обосновать социально-экономическую необходимости специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду.</p> <p>Уметь использовать оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности.</p> <p>Уметь применять средства и методы физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний.</p> <p>Уметь использовать на практике результаты компьютерного тестирования состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет повышенные требования</p>

Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.</p>	<p>- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; - сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;</p>	<p>- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p>
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.</p>	<p>- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; - отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;</p>	<p>- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;</p>
<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p>	<p>- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; - готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; - нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих</p>	<p>- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p>

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	ценностей; - толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям; - навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	-умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.	- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;	- владение языковыми средствами; - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
ОК 06. Проявлять гражданско- патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение	- российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину,	- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	<p>прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);</p> <ul style="list-style-type: none"> - гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; - готовность к служению Отечеству, его защите; 	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	<ul style="list-style-type: none"> - сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности; 	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none"> - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; - бережное, ответственное и 	

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
	компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;	
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;	- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; - использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях; - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

**Преимственность образовательных результатов ФГОС СОО
(предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО
(профессионально-ориентированная взаимосвязь общеобразовательного
предмета с профессией/специальностью)**

Наименование общеобразовательных дисциплин и образовательных результатов взаимосвязанных с предметными ОР	Наименование профессиональных модулей (МДК) и образовательных результатов взаимосвязанных с предметными ОР	Наименование предметных результатов ФГОС СОО, имеющих взаимосвязь с ОР ФГОС СПО	Наименование разделов/тем в рабочей программе по предмету
<p>ОП.09 Безопасность жизнедеятельности</p> <p>Уметь:</p> <p>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.</p> <p>знать:</p> <p>- основы военной службы и обороны государства.</p>	<p>МДК.01.01. Медико - биологические и социальные основы здоровья</p> <p>МДК.01.02. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста</p> <p>МДК.01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков</p> <p>Иметь опыт: Ведения учебной документации</p> <p>Уметь: Применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятии.</p>	<p>ПР6 01 ПР6 02 ПР6 03 ПР6 04</p>	<p>Раздел 1. Легкая атлетика</p> <p>Тема 1.1. Первичный инструктаж по охране труда. Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Спринтерский бег.</p> <p>Тема 6.1. Ходьба, беговые движения, скачки, подскоки, прыжки.</p>

**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ
ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Формируемые универсальные учебные действия
1.	Тема 6.2 Упражнения для рук и плечевого пояса.	1	Просмотр видео ролика с последующим повторением элементов упражнений: движения руками, позы и положения корпуса.	<p>Регулятивные универсальные действия.</p> <p>Познавательные универсальные действия.</p> <p>– критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках.</p> <p>Познавательные универсальные действия.</p> <p>– находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;</p> <p>Коммуникативные универсальные действия.</p> <p>– развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;</p> <p>– при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);</p>