


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Саратовской области
«Базарнокарабулакский техникум агробизнеса»



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГАПОУ СО «БТА»


Крупнова Н.А.
«29» июня 2022 г.


ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»


Программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих
23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей
на базе основного общего образования
с получением среднего образования

2022 г.


УТВЕРЖДАЮ
зам. директора по УПР


/Мякишева Ж.А./
«29» июня 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ № 413 от «17» мая 2012г., с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014г.

Рассмотрено на заседании цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин
Протокол № 8, дата « 28 » июня 2022 г.
Председатель комиссии  /Евдокова Н.А./

ОДОБРЕНО методическим советом ГАПОУ СО «БТА»

Протокол № 8 от « 28 » июня 2022 г.
Председатель  /Мякишева Ж.А./

Составитель: Матушин В.В. преподаватель физической культуры

Рецензент:

Внутренний Евдокова Н.А. председатель цикловой комиссии

Рекомендована Экспертной комиссией согласно приказа министерства образования Саратовской области от 13.01.2011 года № 28 «О подготовке основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования»

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины общеобразовательного цикла «Физическая культура» является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ № 413 от «17» мая 2012г., с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014г., для профессий среднего профессионального образования социально-экономического профиля, реализующих образовательную программу на базе основного общего образования.

Составлена в соответствии с «Рекомендациями по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Министерства образования и науки РФ от 29.05.2007 03-1180). Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.08.08 г. № 241 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования; Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (17.03.15 г. ФГУ «ФИРО»).

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для проведения занятий по физкультуре в образовательном учреждении среднего профессионального образования, при подготовке квалифицированных специалистов среднего звена. Реализация данной программы направлена на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности студентов, на формирование у них жизненных социальных и профессиональных мотиваций.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих:

Дисциплина «Физическая культура» является дисциплиной общеобразовательного цикла и изучается как базовый учебный предмет при освоении профессий среднего профессионального образования.

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

Программа дисциплины «Физическая культура» нацелена на обеспечение у студентов необходимого уровня развития жизненно важных навыков и физических качеств, на совершенствование психофизических способностей, всестороннего развития личности, умения использовать физкультурно-спортивную деятельность в жизненных и профессиональных целях.

В ходе освоения общеобразовательного цикла дисциплин программы подготовки специалистов среднего звена формируются

личностные результаты

- 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;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- 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;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
- 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;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

метапредметные результаты:

- 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;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- 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;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- 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 освоения учебной дисциплины "Физическая культура" (базовый уровень) отражают:

- 1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- 2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- 3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- 4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- 5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Рабочим учебным планом для данной дисциплины определено:

- объём обязательной нагрузки составляет 171 час;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Обязательная практическая учебная нагрузка (всего)	171
в том числе:	
- занятия в секциях	
Итоговый контроль 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)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.			
Тема 1.1. Общая физическая подготовка	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Практические занятия.</p> <p>1 Разучивание, закрепление и совершенствование двигательных действий.</p> <p>2 Выполнение комплексов упражнений для укрепления мышц брюшного пресса</p> <p>3 Выполнение комплексов упражнений для выносливости, гибкости, прыгучести, на силу мышц плечевого сустава.</p> <p>4 Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.</p> <p>5 Выполнение тестов на определение ОФП учащихся на начало и конец учебного года.</p> <p>6.Выполнение комплекса упражнений с гантелями</p> <p>7 Выполнение комплекса упражнений на быстроту</p> <p>8.Выполнение комплекса упражнений у гимнастической стенки</p> <p>9 Выполнение комплекса упражнений на осанку</p> <p>10 Фрагменты видов спорта</p> <p>11 Подвижные игры</p>	22	
Тема 1.2 Легкая атлетика	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Изучение высокого, низкого старта.</p> <p>2.Старт, стартовый разгон, финиширование</p> <p>3.Бег на короткие дистанции (60м)</p> <p>4. бег на короткие дистанции (100м)</p> <p>5. бег на средние дистанции (500м)</p> <p>6. бег на среднюю дистанцию (1 км)</p> <p>7.Кросс: техника бега – начало бега, высокий старт, стартовое ускорение, бег на равных участках по прямой и повороту, бег в гору и под уклон пологом и крутом склоне, финиширование.</p> <p>8.Сдача нормативов в беге: юноши – 3 км</p> <p>9.Сдача нормативов юноши – 1 км</p> <p>10. Чередование с бегом и ходьбой до 5 км.</p> <p>11.Кросс на 5 км без учета времени.</p> <p>12. Обучение, закрепление и совершенствование двигательных действий в беге на короткие и длинные дистанции</p> <p>13. Комплексы физических упражнений по ОФП в беговых упражнениях.</p> <p>14. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий легкой</p>	60	2

	<p>атлетикой: воспитание быстроты</p> <p>15. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий легкой атлетикой: скоростно-силовых качеств</p> <p>16. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий легкой атлетикой: воспитание выносливости</p> <p>17.Эстафетный бег 4x100</p> <p>18.Эстафетный бег 4x400</p> <p>19.Прыжки в длину с места</p> <p>20.Прыжки в длину с разбега</p> <p>21.Метание гранаты</p> <p>22.Прыжки в высоту способом «перешагивание»</p> <p>23.Прыжки в высоту способом «ножницы»</p> <p>24.Челночный бег 3x10</p> <p>25.Челночный бег 6x10</p> <p>26.Специальные беговые упражнения</p> <p>27.Спортивная ходьба</p> <p>28.Метание малого мяча с места</p> <p>29. Метание малого мяча с разбега</p> <p>30.Метание набивного мяча</p>		
<p>Тема 1.3</p> <p>Спортивные игры</p>	<p>Баскетбол</p> <p>Содержание учебного материала</p> <p>1.Элементы техники игры в баскетбол.</p> <p>2.Передвижения и остановки, перебежки без мяча</p> <p>3.Передвижение в «защитной стойке», приставными шагами; вперед, назад, вправо, влево.</p> <p>4.Остановка « в два шага», и прыжком Бег- ускорение- остановка « в два шага».</p> <p>5.Бег с изменением направленности и скорости, с остановкой и в движении вперед и назад без мяча и после получения мяча.</p> <p>6.Ловля мяча двумя и одной руками на месте, в движении, в прыжке.</p> <p>7. Передача мяча двумя и одной руками сверху, снизу, от груди, из-за головы, сбоку, на месте, в движении и в прыжке.</p> <p>8.Двусторонняя игра 5x5</p> <p>9.Ведение мяча правой и левой рукой на месте</p> <p>10. Ведение мяча с обводкой препятствий</p> <p>11.Ведение мяча с сопротивлением противника.</p> <p>12.Броски мяча в корзину с различных дистанций двумя руками от груди</p> <p>13.Броски мяча от головы</p> <p>14.Броски мяча одной рукой от плеча с места и в движении</p> <p>15.Броски мяча после ловли, остановки, поворота, ведения.</p> <p>16.Двусторонняя игра 5x5</p> <p>17.Тактика игры в нападении.</p>		<p>2</p>

	<p>18.Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом</p> <p>19.Групповые и командные действия игроков</p> <p>20. Тактика игры в защите в баскетболе.</p> <p>21.Двусторонняя игра 5х5.</p> <p>22.Стрит-бол 2х2.</p> <p>23.Стрит – бол 3х3</p>		
	<p>Практические занятия по баскетболу.</p> <p>1. Обучение, закрепление и совершенствование техники двигательных действий в процессе игры в баскетбол, техника тактических приемов игры.</p> <p>2. Сообщение теоретических сведений на тему: история развития игры в баскетбол, правила и судейство в баскетболе, лучшие игроки мира, баскетбол на олимпийских играх, методика проведения самостоятельных занятий игры в баскетбол. Баскетбол в системе физического воспитания. Баскетбол как средство совершенствования общей физической подготовки, повышение эмоциональности учебно-тренировочных занятий. Особенности регулирования физической нагрузки при занятиях баскетболом.</p> <p>3. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий баскетболом:</p> <ul style="list-style-type: none"> -воспитание быстроты -воспитание скоростно-силовых качеств -воспитание выносливости -воспитание координации движений в процессе занятий -воспитание групповых и индивидуальных действий <p>4. Тренировочные занятия – двусторонняя игра 5х5, стрит-бол 2х2.</p> <p>5. Принятие контрольных нормативов по элементам технике баскетбола, технико-тактических приемов игры.</p> <p>6. Самостоятельная работа и проведение занятий или фрагментам занятия по изучаемым элементам баскетбола.</p> <p>7. Самостоятельное проведение судейства игры во время занятий.</p>	46	
	<p>Волейбол</p> <p>Содержание учебного материала</p> <p>1.Техника игры в защите.</p> <p>2.Нападение: стойка и перемещение;</p> <p>3.Нападение :техника ведения мяча;</p> <p>4.Передача мяча в парах</p> <p>5.Нападение: подачи; передачи;</p> <p>6.Нападение: нападающие удары.</p> <p>7.Двусторонняя игра</p> <p>8.Защита: стойки и перемещения;</p> <p>9.Подстраховка углом вперед</p> <p>10.Подстраховка углом назад</p> <p>11.Защита: техника владения мячом,</p>		2

	<p>12.Защита: прием мяча, блокирование.</p> <p>13.Элементы тактики: тактика нападения,</p> <p>14.Тактика защиты.</p> <p>15.Двусторонняя игра</p> <p>16.Передача мяча назад в прыжке, передача одной рукой.</p> <p>17.Одиночное и групповое блокирование, игра после блока, страховка блока.</p> <p>18.Тренировочные занятия</p> <p>19.Двусторонняя игра.</p>		
	<p>Практические занятия по волейболу.</p> <p>1. Обучение, закрепление и совершенствование техники двигательных действий в процессе игры в волейбол, техника тактических приемов игры.</p> <p>2. Сообщение теоретических сведений на тему: история развития игры в волейбол, правила и судейство в волейболе, лучшие игроки мира, волейбол на олимпийских играх, методика проведения самостоятельных занятий игры в волейбол. Волейбол в системе физического воспитания. Волейбол как средство совершенствования общей физической подготовки, повышение эмоциональности учебно-тренировочных занятий. Особенности регулирования физической нагрузки при занятиях волейболом.</p> <p>3. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий волейболом: -воспитание быстроты -воспитание скоростно-силовых качеств -воспитание выносливости -воспитание координации движений в процессе занятий -воспитание групповых и индивидуальных действий</p> <p>4. Тренировочные занятия – двусторонняя игра.</p> <p>5. Принятие контрольных нормативов по элементам технике волейбола, технико-тактических приемов игры.</p> <p>6. Самостоятельная работа и проведение занятий или фрагмента занятия по изучаемым элементам волейбола.</p> <p>7. Самостоятельное проведение судейства игры во время занятий.</p>	38	
1. 4 Атлетическая гимнастика	Практические занятия	5	2
	<p>1.Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины</p> <p>2.Круговой метод тренировки для развития мышечных групп с гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.</p> <p>3.Техника выполнения кувырка вперед, назад</p>		
Итого			171

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Наличие универсального спортивного зала, тренажёрного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Оборудование спортивного зала:

баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи,

щиты,

ворота,

корзины,

сетки,

антенны

гимнастическая стенка,

маты,

гимнастический конь,

гимнастический мостик,

канат.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: Баскетбольная площадка,

волейбольная площадка,

футбольное поле,

беговая дорожка,

прыжковая яма,

лабиринт,

гимнастическое бревно,

беговые барабаны,

турник,

железный канат.

Оборудование тренажёрного зала:

тяжелоатлетические тренажеры,

штанги,

гири,

гантели,

стол для армспорта,

груша боксерская.

Для занятий лыжным спортом:

учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).

Для плавания:

плавательный бассейн ФОК «ЛИДЕР»; раздевалки, душевые кабины.

Оборудование для плавания: хронометры, плавательные доски, круги, ласты; спасательное оборудование и инвентарь (шесты, спасательные круги, спасательные шары).

Технические средства обучения:

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;

- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Физическая культура [электронный ресурс] : учебник / В.И. Лях – Москва : Просвещение, 2017 г. – 191 с. - Режим доступа: <http://catalog.prosv.ru/item/25311>.

Дополнительные источники:

Андрюхина Т.В., Третьякова Н.В. \под ред. Виленского М.Я. «Физическая культура» (базовый уровень) 10-11 кл Русское слово,2014

1 Бартош О.В. Сила и основы методики ее воспитания: Методические рекомендации. - Владивосток: Изд-во МГУ им. адм. Г.И. Невельского, 2009. - 47 с.

2. Боровских В.И., Мосиенко М.Г. Физическая культура и самообразование учащихся средних учебных заведений: методические рекомендации. - Мичуринск: Изд-во МичГАУ, 2008. - 66 с.

3. Бурбо,Л. Тренируем мышцы живота и спины за 10 минут в день [Текст] / Люси Бурбо. – Ростов н/дону: «Феникс», 2005. – 160 с.

4. Бурбо,Л. Тренируем мышцы ног и ягодиц за 10 минут в день [Текст] / Люси Бурбо. – Ростов н/дону: «Феникс», 2005. – 160 с.

5. Бурбо,Л. Фитбол за 10 минут в день [Текст] / Люси Бурбо. – Ростов н/дону: «Феникс», 2005. –

160 с. Волков Л. В. Физическое воспитание учащихся [Текст] / Л. В. Волков – Киев: Издательство Олимпийская литература. – 2002. - 290с.

Интернет ресурсы:

1. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики

<http://sport.minstm.gov.ru>

2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города

Москвы <http://www.mosssport.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

Результаты обучения (предметные результаты)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен продемонстрировать предметные результаты освоения учебной дисциплины "Физическая культура":</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); 	<p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача нормативов - проверка и оценка докладов.
<ul style="list-style-type: none"> - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; 	<p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача нормативов
<ul style="list-style-type: none"> - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; 	<p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача нормативов.
<ul style="list-style-type: none"> - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью 	<p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача нормативов.
<ul style="list-style-type: none"> - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. 	<p>Входной контроль: собеседование</p> <p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача нормативов; - устный фронтальный опрос; - проверка и оценка докладов.
	<p>Итоговый контроль</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированный зачёт

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

Результаты (личностные и метапредметные)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<p>Личностные результаты</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация способности к личному самоопределению - демонстрация мотивации к здоровому образу жизни и обучению - отказ от вредных привычек - двигательная активность 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<ul style="list-style-type: none"> - потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья; - приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности; 	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельные занятия физической культурой - использование различных методов двигательной активности и оздоровительных средств - принятие физической культуры составляющей части здоровья 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - 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; - готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры; 	<ul style="list-style-type: none"> - организация самостоятельных занятий физической культурой; - умение планировать собственную деятельность; - осуществление контроля и корректировки своей деятельности; - использование различных ресурсов для достижения поставленных целей 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры; - способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - использование в жизненных ситуациях навыков физической культуры - демонстрация системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - 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; - принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; 	<ul style="list-style-type: none"> - взаимодействие с обучающимися, преподавателями и мастерами в ходе обучения; - сотрудничество со сверстниками и преподавателями при выполнении различного рода деятельности 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>
<p>метапредметные результаты</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; 	<ul style="list-style-type: none"> - умение использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия - сотрудничество с преподавателями и сверстниками по средствам участия в различных спортивных соревнованиях 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>

<p>- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;</p> <p>- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p>	<p>- демонстрация полученных знаний по физической культуре в различных жизненных ситуациях</p> <p>- участие в различных спортивных и профессиональных соревнованиях</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</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>- 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;</p>	<p>- эффективный поиск необходимой информации;</p> <p>- использование различных источников информации, включая электронные;</p> <p>- демонстрация способности самостоятельно использовать необходимую информацию для выполнения поставленных учебных задач;</p> <p>- соблюдение техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p>

