


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БАШКИРСКИЙ АГРАРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ОД
 Кашанова А.Д.
« 24 » 09 2021 г.


УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ БАТК
 Гумеров Р.Н.
« 24 » 09 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины
ОДБ.05 «Физическая культура»

по профессии
36.01.01 Младший ветеринарный фельдшер

2021г.

Рабочая программа учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» разработана в соответствии с требованиями

федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования,

федерального государственного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) по профессии 36.01.01 «Младший ветеринарный фельдшер»

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 специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259),

примерной программы учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от «21» июля 2015г., регистрационный номер рецензии №383 от «23» июля 2015г. ФГАУ «ФИРО»,

Организация-разработчик: ГБПОУ Башкирский аграрно-технологический колледж

Разработчики:

Ситдикова С.Р.- председатель метод.комиссии

Гариев Ф.А.- преподаватель физ.воспитания

Нуриев Ш.М. –преподаватель ОБЖ и физ.воспитания

Рассмотрено на заседании методического объединения преподавателей общеобразовательных дисциплин

Протокол №1 от «31» августа 2021г.

Председатель Ситдикова С.Р.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	22

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих в соответствии с ФГОС по профессии 36.01.01 Младший ветеринарный фельдшер

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

Учебная дисциплина является дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с естественно-научным профилем профессионального образования.

Учебная дисциплина относится к предметной области ФГОС среднего общего образования «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

Изучение учебной дисциплины «Физическая культура» завершается промежуточной аттестацией в форме дифференцированного зачета в рамках освоения ППКРС на базе основного общего образования.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

• **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;
- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите;

• **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:**

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

- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- 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 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).

1.4 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 188 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 171 часов;
самостоятельной работы обучающегося 17 часов.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	188
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	171
в том числе:	
теоретические занятия	4
лабораторные занятия	*
практические занятия	153
сдача нормативов	14
курсовая работа (проект)	*
Самостоятельная работа студентов(всего)	17
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета.</i>	

Вид учебной работы	Количество часов
Аудиторные занятия. Содержания обучения	
Физическая культура	
1. Теория	4
2. Легкая атлетика	42
3. Профессионально- прикладная физическая подготовка	18
4. Гимнастика	22
5. Лыжная подготовка	30
6. Спортивные игры	62
7. Дифференцированный зачет	4
Итого	182

. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.	Теоретический раздел		2	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала			
Введение. Физическая культура и труд	1	Физическая культура и спорт в России и в образовании Врачебный контроль и самоконтроль.		1
	2	Режим дня. Ознакомление с программой. Проведение инструктажа по технике безопасности.		2
Раздел 2.	Легкая атлетика		8	
Тема 2.1. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала			
	1-2	ТВ низкого старта. Техника бега на короткие дистанции Сдача норматива- бег на 100 м		2
	3-4	ТВ бега на средние дистанции Сдача норматива- бег на 500 м		2
				1
	5-6	Техника бега на длинную дистанцию Сдача норматива- бег на 1000 м		1
7-8	Техника выполнения передачи эстафетной палочки . Соревнование по эстафетному бегу между командами	2		
Тема 2.3. ППФП	Содержание учебного материала			
	1-2	ППФП	2	2
Раздел 3.	Гимнастика		12	
Тема 3.1. Упражнения на снарядах	Содержание учебного материала			
	1-2	Гимнастика. ТВ стойка на лопатках, на руках и на голове. ТВ опорного прыжка. Обучение		2

гимнастический козел, конь, гимнастический мостик и маты, низкая перекладина.	3-4	Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения на гимнастической скамейке		
	5-6	Упражнения с обручем. Упражнения со скакалкой.		
	7-8	Совершенствование опорного прыжка, с изменением высоты и расстояния		
	9-10	Упражнение на низкой перекладине		
	11-12	Сдача нормативов. Наклонение вперед из положения сидя. Прыжки в длину с места. Отжимание		
Тема 3.2. ППФП		Содержание учебного материала		
	1-2	ППФП	2	
Раздел 4		Спортивные игры	12	
Тема 4.1. Баскетбол		Содержание учебного материала		
	1-2	Упражнения на развитие на спец ловкости. Совершенствование бросков и игра		
	3-4	Передачи и игра. Выбивание мяча. Индивидуальные тактические действия		
	5-6	Техника передвижения и передачи . Подбор мяча и учебная игра		
	7-8	Совершенствование бросков и игра. Отработка броска и двухсторонняя игра		
	9-10	Учебная двухсторонняя игра. Совершенствование игры в целом		
	11-12	Двухсторонняя игра с судейством.		
Тема 4.2 ППФП	1-2	ППФП	2	
Раздел 5.		Лыжная подготовка	18	
Тема 5.1 Лыжная подготовка		Содержание учебного материала		
	1-2	Лыжная подготовка. Инвентарь. Попеременные ходы		
	3-4	Совершенствование попеременных ходов. Одновременные ходы		
	5-6	Совершенствование одновременных ходов		

	7-8	Коньковые и полуконьковые ходы		
	9-10	Передачи эстафеты		
	11-12	Правило проведения соревнования по лыжным гонкам		
	13-14	Прохождение до 2-х км		
	15-16	Прохождение до 3-х км		
	17-18	Прохождение до 5-х км		
Тема 4.2.		Содержание учебного материала		
ППФП	1-2	ППФП	2	
Раздел 5.	Спортивные игры		18	
		Содержание учебного материала		
Тема 5.1.	1-2	Правила игры. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками Учебная двусторонняя игра		
Волейбол	3-4	Передача мяча над собой. Совершенствование передачи и игры Учебная двусторонняя игра.		
	5-6	Разновидности подачи. Прием первого мяча. Учебная двусторонняя игра.		
	7-8	Игра у сетки. Обманные передачи через сетку Учебная двусторонняя игра.		
	9-10	Нападающие удары и блокировка. Учебная двусторонняя игра.		
	11-12	Страховка блокирующих. Учебная двусторонняя игра.		
	13-14	Судейство игры и жесты судьи. Учебная двусторонняя игра.		
	15-16	Игра – соревнование.		
	17-18	Совершенствование игры в целом.		

Тема 6.4. ППФП		Содержание учебного материала		
	1-2	ППФП	2	
Раздел 2.	Легкая атлетика		6	
Тема 2.1. Кроссовая подготовка		Содержание учебного материала		
	1-2	Совершенствование бега на короткие дистанции бег на 200 м		
	3-4	Совершенствование бега на средние дистанции бег на 500 м		
	5-6	Совершенствование бега на длинную дистанцию бег на 1000 м		
Сдача нормативов			Дифференцированный зачет:	2
			Всего:	88

2 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.	Теоретический раздел		2	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала			
Введение. Физическая культура и труд	1	Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья		2
	2	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста		2
Раздел 2.	Легкая атлетика		16	
Тема 2.1.	Содержание учебного материала			
Кроссовая подготовка	1-2	Совершенствование бега на короткие дистанции Сдача норматива – 100м		2
	3-4	Совершенствование бега на короткие дистанции Сдача норматива – 200м		
	5-6	Совершенствование бега на средние дистанции Сдача норматива – 500м		2
	7-8	Совершенствование передачи эстафетной палочки Соревнование между командами		2
	9-10	Бег на длинные дистанции Сдача норматива – 1000м		2
	11-12	Прыжки в высоту—обучение		1
	13-14	Совершенствование прыжка в высоту		2
	15-16	Сдача норматива по прыжкам в длину с места		1
Тема 2.2	Содержание учебного материала			
ППФП	1-2	ППФП	2	2
Раздел 3	Гимнастика 12		10	

Тема 3.1. Упражнения на снарядах гимнастический козел, конь, гимнастический мостик и маты, низкая перекладина.	Содержание учебного материала			
	1-2	Гимнастика.. Кувырки, акробатические упражнения Лазание по канату		1
	3-4	Упражнения на гимнастической стенке.		2
	5-6	Опорные прыжки через козла		1
	7-8	Упражнение на низкой перекладине.		1
	9-10	Сдача нормативов: отжимание; наклон вперед со скамейки.		3
Тема 3.2 ППФП	Содержание учебного материала			
	1-2	ППФП	2	2
Раздел 4	Баскетбол		16	
Тема 4.2. Баскетбол	1-2	Правила игры в баскетбол. Ведение мяча и передачи. Учебная двусторонняя игра.		1
	3-4	Совершенствование ведения мяча. Броски мяча в кольцо и ловля отскочившего мяча . Учебная двусторонняя игра		2
	5-6	Совершенствование броска мяча в кольцо и подбор мяча. Учебная двусторонняя игра.		1
	7-8	Тактика игры. Учебная двусторонняя игра.		1
	9-10	Жесты судьи. Учебная двусторонняя игра.		1
	11-12	Действия в защите. Учебная двусторонняя игра.		1
	13-14	Действия в нападении. Учебная двусторонняя игра.		1
	15-16	Судейство игры. Учебная двусторонняя игра.		2
Раздел 5.	Лыжная подготовка		12	
Тема 5.1.	Содержание учебного материала			

Лыжная подготовка	1-2	Лыжная подготовка Попеременные ходы		1
	3-4	Совершенствование попеременных ходов. Одновременные ходы		2
	5-6	Совершенствование одновременных ходов. Коньковый ход.		2
	7-8	Совершенствование конькового хода. Прохождение дистанции до 2км свободным ходом.		2
	9-10	Прохождение дистанции до 3 км свободным ходом		2
	11-12	Прохождение дистанции до 5км свободным ходом		2
		Содержание учебного материала		
Тема 4.2 ППФП	1-2	ППФП	2	2
Раздел 6		Спортивные игры	16	
		Содержание учебного материала		
Тема 6.3. Волейбол	1-2	Правила игры в волейбол. Игра парами с использованием приема мяча снизу и сверху двумя руками.		2
	3-4	Подача мяча и прием первого мяча снизу двумя руками Учебная двусторонняя игра		2
	5-6	Совершенствование приема первого мяча. Учебная двусторонняя игра.		2
	7-8	Передача мяча и нападающие удары Учебная двусторонняя игра		2
	9-10	Совершенствование нападающего удара и блокировка нападающего удара Учебная двусторонняя игра		2
	11-12	Игра у сетки. Учебная двусторонняя игра.		2
	13-14	Двусторонняя игра – соревнование		2

	15-16	Совершенствование игры в целом. Учебная двусторонняя игра.		2
Тема 6.4 ППФП		Содержание учебного материала	2	
	1-2	ППФП		2
Раздел 7		Легкая атлетика	12	
Тема 7.1 Кроссовая подготовка		Содержание учебного материала		
	1-2	Бег на короткие дистанции.		2
	3-4	Бега на средние дистанции.		2
	5-6	Бег на длинную дистанцию		2
	7-8	Эстафетный бег		2
	9-10	Кроссовая подготовка		2
	11-12	Кросс на 2000м		2
Сдача нормативов			Дифференцированный зачет:	2
			Всего:	94

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Для реализации учебной дисциплины предусмотрено следующее материальное техническое обеспечение:

Для гимнастики;

- стенка гимнастическая;
- бревно гимнастическое напольное,
- бревно гимнастическое высокое,
- козел гимнастический,
- конь гимнастический,
- перекладина гимнастическая,
- брусья гимнастические,
- разновысокие брусья гимнастические, параллельные,
- кольца гимнастические, с механизмом креплениями,
- канат для лазания, с механизмом крепления ,
- мост гимнастический подкидной,
- скамейка гимнастическая жесткая,
- скамейка гимнастическая мягкая,
- комплект навесного оборудования, в комплект входят: перекладина, брусья, мишени для метания, контейнер с набором т/а гантелей, скамья атлетическая, вертикальная, скамья атлетическая, наклонная
- стойка для штанги
- штанги тренировочные
- гантели наборные
- маты гимнастические,
- мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг),
- мяч малый (теннисный)
- скакалка гимнастическая
- мяч малый (мягкий)
- обруч гимнастический,

- секундомер настенный с защитной сеткой

Для легкой атлетики:

- планка для прыжков в высоту
- стойки для прыжков в высоту
- барьеры л/а тренировочные
- флажки разметочные на опоре
- лента финишная
- дорожка разметочная для прыжков в длину с места
- рулетка измерительная (10м; 50м)
- номера нагрудные

Для спортивных игр:

- комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
- щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой
- мячи баскетбольные
- сетка для переноса и хранения мячей
- жилетки игровые с номерами
- стойки волейбольные универсальные
- сетка волейбольная
- мячи волейбольные
- сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей
- табло перекидное
- жилетки игровые с номерами
- ворота для мини-футбола
- сетка для ворот мини-футбола
- мячи футбольные
- номера нагрудные
- компрессор для накачивания мячей

Спортивный зал

- спортивный зал игровой с раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики)

- душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
- спортивный зал гимнастический

Кабинет учителя

Включает в себя:

- рабочий стол,
- стулья,
- сейф,
- шкафы книжные (полки),
- шкаф для одежды

Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования

- Включает в себя:

- стеллажи,
- контейнеры

Пришкольный стадион (площадка)

- легкоатлетическая дорожка
- сектор для прыжков в длину
- сектор для прыжков в высоту
- игровое поле для футбола (мини-футбола)
- площадка игровая баскетбольная
- площадка игровая волейбольная
- гимнастический городок
- полоса препятствий
- лыжная трасса
- комплект инструментов для подготовки мест занятий на спортивном стадионе

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Решетников Н.В. Кислицын Ю.Л. Физическая культура 2017г
2. Бишаева А.А. Физическая культура 2018г

3. Гимнастика. Учебник для техникумов физической культуры. Под редакцией А.Т. Брыкина и В.М. Смолевского

4. В лучшей форме на карантине, самые эффективные тренировки и питание в условиях домашней изоляции, Санжаровская Е., 2020

5. Физическая культура, Спортивные игры в системе образовательного процесса по физической культуре студентов технических вузов, Болдин А.С., Исаков Е.Ю., 2020.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<p align="center">Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</p>	<p align="center">Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</p>
<p>• личные 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</p>	<p>практические занятия, сдача нормативов</p>

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;

— патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

— готовность к служению Отечеству, его защите;

• 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,

<p>учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;</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>– 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>• предметные результаты:</p> <p>— умение использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <p>— владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>— владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>– владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>– 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).</p>	<p>устный опрос, практические занятия, тестирование, сдача нормативов</p>
---	---

5.ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩЕГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ.

В соответствии с ФГОС СПО ФОС является составной частью нормативно-методического обеспечения системы оценки качества освоения обучающимися ППКРС СПО. При помощи ФОС осуществляется контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, практического опыта и компенсации, определенных ФГОС СПО по соответствующему направлению подготовки в качестве результатов освоения учебной дисциплины.

Паспорт Фонда оценочных средств по дисциплине

Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	наименование оценочного средства
Физическая культура	
1. Теория	КОС по УД «Физическая культура», утвержденный 30.08.2021г.
2. Легкая атлетика	
3. ППФП	
4. Гимнастика	
6. Лыжная подготовка	
7. Спортивные игры	
8. Дифференцированный зачет	