


Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение НСО
«Новосибирский речной колледж»

РАССМОТРЕНО
На заседании ПЦК
Протокол № 9 от 13.06.2019
Председатель ПЦК
 А.Д.Шастина

УТВЕРЖДАЮ

Ситникова Н.Н.

13 июня 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.06 Физическая культура

по специальности

**26.02.06 ЭКСПЛУАТАЦИЯ СУДОВОГО ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ
И СРЕДСТВ АВТОМАТИКИ**

Новосибирск

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012г. № 413, с изменениям, утвержденными приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014г. № 1645

-Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);

-Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол № 2/16-з от 28 июня 2016 г.);

- Приказа Минобрнауки России от 07.05.2014 № 444 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики»;

-Примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением образования» (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 2015 г.)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Новосибирской области «Новосибирский речной колледж».

Разработчик: Мариненко Н.В., преподаватель физической культуры высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	25

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура»

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики»; технического профиля, входящей в состав укрупненной группы специальностей 26.00.00 Техника и технологии кораблестроения и водного транспорта.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. Дисциплина изучается в общеобразовательном цикле основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

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

Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

1. формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
2. развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
3. формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
4. овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
5. овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений, и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
6. освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
7. приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

• **личностных:**

-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.

• **метапредметных:**

-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.

• **предметных:**

-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).

В процессе освоения программы формируются следующие общие компетенции:

ОК1.Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК2.Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК3.Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК4.Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК5.Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК6.Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК7.Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК8.Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК9.Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК10.Владеть письменной и устной коммуникацией на государственном и (или) иностранном (английском) языке.

1.4 Количество часов на освоение программы дисциплины:

Объем максимальной учебной нагрузки обучающегося 175 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов; самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>176</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>117</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>115</i>
Курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	<i>*</i>
Самостоятельная работа студента (всего)	<i>59</i>
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.	Теоретические сведения	4	
Тема 1.1. Значение физического воспитания для будущей профессиональной деятельности учащихся. Программные требования по физическому воспитанию.	Введение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО. Задачи физического воспитания в техникуме. Основы здорового образа жизни и его взаимосвязь с общей культурой индивида. Психологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста. Порядок организации и проведения занятий. Требования к учащимся. Правила поведения учащихся при занятиях физическими упражнениями на уроках физической культуры. Проведение инструктажа по технике безопасности.	4	2
Раздел 2.	Легкая атлетика	37	
Тема 2.1. Повторение техники специальных подготовительных упражнений	Бег с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени назад, семенящий бег, прыжковыми шагами. Старты из различного исходного положения. Повторение техники бега по дистанции и финиширование. Дыхание при беге, бег с ускорением, с максимальной скоростью, с изменением темпа и ритма шагов. Действие бегуна после команды «Марш!»: положение туловища, работа рук, выполнение первого шага с высоким подниманием бедра вперед. Положение туловища, ног, рук. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!». Повторение техники перехода от стартового разбега к бегу по дистанции.	1	2
Тема 2.2. Контрольный бег	Изучение техники низкого старта. Бег с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени назад, семенящий бег. Варианты челночного бега, бег с изменением направления, скорости, способа перемещения. Контрольный бег на 100 м.	1	
Тема 2.3 Контрольно-аттестационный урок	Подтягивание в висе на перекладине (юноши). Контрольный бег на 60 м, 30 м с высокого старта.	1	
Тема 2.4. Изучение техники низкого старта	Изучение техники перехода от стартового разбега к бегу по дистанции. Бег с низкого старта. Эстафеты. Варианты челночного бега 3x10, 4x9.	1	
Тема 2.5. Повторение техники прыжков	Прыжки и многоскоки, прыжки в длину с места.	1	

<p>Тема 2.6. Изучение техники высокого старта</p>	<p>Повторение техники бега на дистанции: движение ног, постановка ступней, работа рук, положение туловища. Стартовый разгон, эстафетный бег.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.7. Изучение техники бега на повороте дорожки (выраже)</p>	<p>Эстафетный бег с этапами 50-100м. старты из различных и.п., варианты бега с изменением направления, бег с преодолением препятствий и на местности. Контрольный бег на 400 м.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.8. Изучение техники метания гранаты</p>	<p>Изучение техники метания гранаты, метание из-за головы через плечо – левая нога вперед, правая нога сзади на носке. Повторение техники специальных упражнений в метании.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.9. Изучение техники метания в цель и на дальность</p>	<p>Метание теннисного мяча и мяча 150 г с места на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) с расстояния до 20 м. Повторение техники метания мяча в цель из положения лежа. Развитие двигательных качеств. Проведение экспресс-тестов.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.10. Повторение техники метания в цель и на дальность</p>	<p>Бросок набивного мяча (2-3 кг) двумя руками из различных исходных положений с места. Совершенствование техники метания мяча в цель с положения лежа. Повторение техники метания мяча с четырех шагов разбега. Развитие двигательных качеств.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.11. Совершенствование техники метания мяча в цель</p>	<p>Оценка техники метания мяча в цель из положения лежа. Сдача контрольных нормативов в беге на 1000 м.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.12. Повторение бега на короткие дистанции</p>	<p>Старт и стартовый разбег, бег по дистанции и финиширование. Варианты челночного бега 3х10, 4х9 (с кубиками). Сдача контрольных нормативов метания гранаты.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.13. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений</p>	<p>Прыжки и многоскоки, стартовый разгон. Развитие общей выносливости (равномерный бег 500 м). повторение техники преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий. Проведение экспресс-тестов.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 2.14. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений</p>	<p>Сдача контрольных нормативов: челночный бег 4х9 (с кубиками); 3х10. Развитие скорости. Развитие двигательных качеств.</p>	<p>2</p>

<p>Тема 2.15. Совершенствование скоростно-силовых способностей</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Прыжки и многоскоки, метание в цель и на дальность разных снарядов из разных и.л., толкание ядра, набивных мячей, круговая тренировка.</p> <p>Проведение экспресс-тестов. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</p> <p>Освоить разновидности бега, подскоков.</p> <p>Освоить технику прыжка в длину с разбега.</p> <p>Освоить технику метания теннисного мяча на дальность.</p> <p>Освоить специальные подготовительные упражнения.</p>	2	
<p>Раздел 3</p>	<p>Гимнастика</p>	22	
<p>Тема 3.1. Строевые упражнения</p>	<p>Строевые упражнения: построение в одну шеренгу, в колонну по одному. Расчет по порядку. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «На месте шагом марш!». Разновидности ходьбы и бега. Повороты направо, налево, кругом. Ходьба в колонне по одному, по два. Движение по диагонали и противходом. Построение в круг.</p>	2	2
<p>Тема 3.2. Изучение техники прыжков</p>	<p>Опорные прыжки, прыжки со скалкой, метания набивного мяча.</p> <p>Изучение техники прыжка ноги врозь через коня в длину.</p>	1	
<p>Тема 3.3. Изучение техники кувырков</p>	<p>Изучение техники кувырков вперед и назад, соединение кувырков. Кувырок прыжком. Сед углом, стоя на коленях наклон назад, стойка на лопатках.</p>	1	
<p>Тема 3.4. Изучение техники стойки на лопатках</p>	<p>Изучение техники стойки на лопатках с опорой руками на спину. Повторение техники переворота в сторону. Комбинации из ранее освоенных элементов.</p>	1	
<p>Тема 3.5. Изучение техники выполнения упражнения на брусках</p>	<p>Изучение техники выполнения упражнения на брусках: уз упора на руках подъем разгибом в сед ноги врозь. Изучение техники соскока на брусках из размахивания в упоре махом назад.</p>	1	
<p>Тема 3.6. Изучение техники соскока на перекладине и брусках</p>	<p>Изучение техники соскока из упора на низкой перекладине: махом дугой. Изучение техники соскока на брусках из размахивания в упоре махом назад.</p>	2	

Тема 3.7. Повторение техники соскока на перекладине и брусьях	Повторение техники соскока на перекладине махом назад. Совершенствование техники соскока на брусьях из размахивания в упоре махом вперед.	2	
Тема 3.8. Совершенствование техники подъема переворотом на перекладине	Совершенствование техники подъема переворотом на перекладине в упор махом одной и толчком другой. Подтягивание в висе на перекладине. Подъем в упор силой; вис согнувшись, прогнувшись, сзади.	2	
Тема 3.9. Изучение стойки на голове и руках	Изучение стойки на голове и руках. Упражнение на тренажерах. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для различных суставов. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке, с предметами.	2	
Тема 3.10. Сдача зачетных упражнений	Сдача зачетных упражнений: прыжок в длину, согнув ноги через козла (высота снаряда 120 см). Упражнения на тренажерах.	2	
Самостоятельная работа	Освоить строевые упражнения. Освоить упражнения на перекладине. Освоить упражнения на равновесие.	6	
Раздел 4	Спортивные игры (волейбол)	22	
Тема 4.1. Изучение техники специальных подготовительных упражнений	Ходьба вперед боком, спиной, приставные шаги – левым боком, правым боком, спиной вперед. Изучение техники стойки волейболиста. Изучение техники перемещений: приставные шаги, двойной шаг, остановки после быстрого перемещения. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	1	2
Тема 4.2. Повторение техники СПУ	Повторение техники верхней передачи мяча. Совершенствование техники стойки волейболиста. Верхняя и нижняя передача мяча двумя руками. Двусторонняя спортивная игра волейбол.	1	
Тема 4.3. Изучение техники прямого нападающего удара	Нападающий удар с различных зон и передач. Варианты нападающего удара через сетку. Техника передачи мяча отскакивающего от сетки. Развитие двигательных качеств: прыжковой выносливости. Совершенствование техники верхней передачи мяча.	4	

<p>Тема 4.4. Страховка при нападающем ударе и блокирование</p>	<p>Повторение техники прямого нападающего удара. Изучение техники одиночного блокирования. Организация страховки. Нападающий удар с различных передач.</p>	<p>1</p>	
<p>Тема 4.5. Совершенствование техники нижней прямой передачи мяча, техника передачи мяча в парах и в колоннах через сетку</p>	<p>Техника передачи мяча отскочившего от сетки. Перемещения и прыжки у сетки – имитация блокирования. Совершенствование нижней прямой передачи. Изучение техники группового блокирования. Организация страховки.</p>	<p>2</p>	
<p>Тема 4.6. Техника передачи мяча в различные зоны</p>	<p>Из «6»-в «3», из «3»-в «4», из «6»-в «3»; из «3»-в «2». Техника передачи мяча на заданную высоту. Повторение техники мяча отскочившего от сетки.</p>	<p>1</p>	
<p>Тема 4.7. Совершенствование техники передачи мяча</p>	<p>Техника и тактика нападения: подача на слабо играющего игрока и в незащищенную зону подачи. Игра в нападении со второй передачи игроком задней линии, выходящем к сетке. Определение места блокирования и взаимодействие всех игроков. Учебная игра.</p>	<p>2</p>	
<p>Тема 4.8. Сдача учебных нормативов по волейболу</p>	<p>- Верхняя передача над собой (высота взлета мяча не менее 1 м); верхняя прямая передача в пределах площадки (из 5 подач). - Верхняя и нижняя передача у стены. - В кругу вверх – 10 раз.</p>	<p>2</p>	
<p>Самостоятельная работа</p>	<p>Прием с подачи в зоне 3 Освоить нападающий удар Освоить верхнюю прямую подачу Освоить варианты блокирования нападающих ударов (одиночное и вдвоем), страховка</p>	<p>8</p>	
<p>Раздел 5</p>	<p>Профессионально-прикладная Физическая Подготовка (П.П.Ф.П.)</p>	<p>32</p>	
<p>Тема 5.1. Различные виды ходьбы</p>	<p>Прыжки на левой и правой ноге. Упражнения с набивными мячами. Спортивная игра.</p>	<p>1</p>	<p>2</p>
<p>Тема 5.2. Бег с внезапными остановками</p>	<p>Упражнения на гимнастической скамейке.</p>	<p>1</p>	

Тема 5.3. Упражнения на согласование движений	Внимание. Упражнения с гантелями. Упражнения на тренажерах	1
Тема 5.4. Бег с ускорениями	Прыжки в длину с места. Бег на короткие отрезки по сигналу.	1
Тема 5.5. Упражнения с мячами	Передача мяча, ловля, метание в цель.	1
Тема 5.6. Упражнения на гимнастической стенке	Наклоны, растяжка, приседание на одной ноге. Прыжки через скакалку.	1
Тема 5.7. Ведение, броски мяча	Ведение мяча пальцами рук. Броски мяча в цель на точность.	1
Тема 5.8. Упражнения у гимнастической стенки	Поочередное отталкивание пальцами левой и правой руки от стены. Подъем туловища из положения лежа.	1
Тема 5.9. Ускорение на короткие дистанции	Ускорение на короткие дистанции по сигналу. Упражнение с набивными мячами.	2
Тема 5.10. Ведение мяча	Ведение мяча с ускорением. Ведение мяча с остановкой по сигналу. Игра в волейбол.	2
Тема 5.11. Ускорение с низкого и высокого стартов	Ускорение с низкого и высокого стартов по сигналу.	2
Тема 5.12. Прыжки	Прыжки с высокой опоры на маты. Упражнение с отягощениями и сопротивлениями.	2
Тема 5.13. Опорные прыжки	Опорные прыжки через козла. Передача мяча от груди с отскоком от пола.	2
Тема 5.14. Ведение баскетбольных мячей	Ведение баскетбольных мячей, меняя направление и скорость движения. Броски мяча в корзину на точность.	2

Тема 5.15. Развитие техники СПУ	Повороты, наклоны, вращения головой и туловищем; передвижение по ограниченной опоре; равновесие на гимнастической скамейке.	2
Тема 5.16. Развитие техники СБУ	Бег в внезапными остановками. Ведение мяча с ускорением, меняя направление и скорость движения.	2
Самостоятельная работа	Освоить строевые упражнения. Освоить ОРУ, СБУ, СПУ. Освоить упражнения с мячом. Освоить упражнения на согласование движений. Внимание.	8
Раздел 6	Спортивные игры (футбол)	27
Тема 6.1. Изучение специальных подготовительных упражнений	Бег боком и спиной вперед наперегонки. Старты и ускорения с мячом. Рывок к мячу с последующим ударом поворотом. Действия против игрока без мяча и с мячом (выбивание, отбор, перехват). Изучение техники удара по мячу внешней стороной стопы.	2
Тема 6.2. Изучение техники удара по мячу	Изучение техники удара по мячу внешней частью подъема. Единоборство за мяч с толчками и отбором. Варианты ударов по мячу ногой и головой без сопротивления и с сопротивлением защитника.	1
Тема 6.3. Изучение техники остановки мяча	Изучение техники остановки мяча внутренней и внешней частью стопы. Изучение техники остановки мяча левой и правой ногой. Варианты остановок мяча грудью.	1
Тема 6.4. Повторение техники остановки мяча подошвой, подъемом	Повторение техники ведения мяча – внутренней стороны стопы; внутренней, внешней частью подъема. Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	1
Тема 6.5. Изучение тактических действий	Изучение индивидуальных, групповых и командных тактических действий.	1
Тема 6.6. Закрепление тактики и техники, совершенствование приемов и действий	Взаимодействие защитников, полузащитников, нападающих. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	2
Тема 6.7. Повторение техники удара по мячу	Повторение техники удара носком, пяткой – с места, с разбега по неподвижному и катящемуся мячу. Переменный бег с мячом.	2

Тема 6.8. Изучение техники отбора мяча	Изучение техники отбора мяча: ударом, остановкой, с применением финта, выпада, подкатом. Изучение техники вбрасывания мяча с места из положения: ноги вместе, врозь, одна впереди.	2	
Тема 6.9. Изучение техники перевода игры	Повторение техники отбора мяча: ударом, остановкой, с применением финта, выпада, подкатом. Создание численного превосходства на определенном участке поля и использование его для взятия ворот.	2	
Тема 6.10. Повторение и совершенствование техники отбора и передачи мяча	Повторение техники вбрасывания мяча с места из положения: ноги вместе, врозь, одна впереди. Совершенствование техники длинных передач мяча. Учебная игра.	2	
Самостоятельная работа	Освоить варианты ударов по мячу ногой и головой без сопротивления и с сопротивлением защитника. Освоить варианты остановок мяча ногой, грудью. Освоить технику передач мяча.	11	
Раздел 7	Спортивные игры (баскетбол)	32	
Тема 7.1. Техника ведения и бросок мяча в кольцо	Ведение и передача мяча от груди. Ведение и бросок мяча в кольцо после двух шагов, штрафные броски. Учебная игра.	2	2
Тема 7.2. Штрафной бросок	Совершенствовать штрафной бросок. Ловля и передача двумя руками от груди с шагом.	2	
Тема 7.3. Совершенствование техники быстрого прорыва	Совершенствование техники броска по кольцу со средней и дальней дистанции. Совершенствование техники игроков в быстром прорыве. Учебная игра.	1	
Тема 7.4. Совершенствование техники передвижений, перемещений, остановок, поворотов стоек	Совершенствование передвижений в защитной стойке баскетболиста. Обучение ведению мяча с изменением направления, переводу мяча перед собой. Развитие скоростных и координационных качеств.	1	

<p>Тема 7.5. Совершенствование техники защитных действий</p>	<p>Совершенствовать взаимодействие игроков в позиционном нападении и данной защите. Развитие игровой выносливости и быстроты двигательной реакции. Бросок мяча после ведения.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 7.6. Совершенствование техники ведения мяча</p>	<p>Совершенствование передачи-ловли мяча на месте, при встречном движении. Совершенствование умения броска в корзину в движении с отражением от щита, подбор мяча.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 7.7. Повторение защитных действий</p>	<p>Тактические действия в защите. Передача мяча одной рукой в парах в движении.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 7.8. Совершенствование передачи мяча</p>	<p>Тактические действия в нападении. Совершенствование передачи мяча одной рукой в парах в движении.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 7.9. Сдача учебных нормативов по баскетболу</p>	<p>Бросок в кольцо с 3 м (5 бросков). Бросок в кольцо в движении. Бросок с двух шагов. Ведение с обводкой, бросок после получения передачи в движении.</p>	<p>2</p>
<p>Самостоятельная работа</p>	<p>Освоить штрафной бросок. Освоить технику броска по кольцу со средней и дальней дистанции. Освоить ведение мяча с изменением направления, переводу мяча перед собой.</p>	<p>14</p>
	<p>Дифференцированный зачет:</p>	<p>2</p>
	<p>Максимальная учебная нагрузка:</p>	<p>176</p>
	<p>Обязательная аудиторная нагрузка</p>	<p>117</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся:</p>	<p>59</p>

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

2.3. Характеристика основных видов деятельности обучающихся

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Теоретическая часть	
<p>Ведение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО</p>	<p>Знание современного состояния физической культуры и спорта. Умение обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. Знание оздоровительных систем физического воспитания. Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p>
<p>1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</p>	<p>Демонстрация мотивации и стремления к самостоятельным занятиям. Знание форм и содержания физических упражнений. Умение организовывать занятия физическими упражнениями различной направленности с использованием знаний особенностей самостоятельных занятий для юношей и девушек. Знание основных принципов построения самостоятельных занятий и их гигиены</p>
<p>2. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки</p>	<p>Самостоятельное использование и оценка показателей функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Внесение коррекций в содержание занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля</p>
<p>3. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности</p>	<p>Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Использование знаний динамики работоспособности в учебном году и в период экзаменационной сессии. Умение определять основные критерии нервно-эмоционального, психического и психофизического утомления. Овладение методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения</p>

	работоспособности
4. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	<p>Обоснование социально-экономической необходимости специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду.</p> <p>Умение использовать оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности.</p> <p>Применение средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний.</p> <p>Умение использовать на практике результаты компьютерного тестирования состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым специальность предъявляет повышенные требования</p>
Практическая часть	
Учебно-методические занятия	<p>Демонстрация установки на психическое и физическое здоровье.</p> <p>Освоение методов профилактики профессиональных заболеваний.</p> <p>Овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями.</p> <p>Использование тестов, позволяющих самостоятельно определять и анализировать состояние здоровья; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи.</p> <p>Знание и применение методики активного отдыха, массажа и самомассажа при физическом и умственном утомлении.</p> <p>Освоение методики занятий физическими упражнениями для профилактики и коррекции нарушения опорнодвигательного аппарата, зрения и основных функциональных систем.</p> <p>Знание методов здоровьесберегающих технологий при работе за компьютером.</p> <p>Умение составлять и проводить комплексы утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности</p>
Учебно-тренировочные занятия	
1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	<p>Освоение техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4 100 м, 4 400 м; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на</p>

	<p>дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши).</p> <p>Умение технически грамотно выполнять (на технику): прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной.</p> <p>Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра; сдача контрольных нормативов</p>
2. Лыжная подготовка	<p>Овладение техникой лыжных ходов, перехода с одновременных лыжных ходов на попеременные.</p> <p>Преодоление подъемов и препятствий; выполнение перехода с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.</p> <p>Сдача на оценку техники лыжных ходов.</p> <p>Умение разбираться в элементах тактики лыжных гонок: рас- пределении сил, лидировании, обгоне, финишировании и др.</p> <p>Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши).</p> <p>Знание правил соревнований, техники безопасности при занятиях лыжным спортом.</p> <p>Умение оказывать первую помощь при травмах и обморожениях</p>
3. Гимнастика	<p>Освоение техники общеразвивающих упражнений, упражнений в паре с партнером, упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки); выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний (упражнений в чередовании напряжения с расслаблением, упражнений для коррекции нарушений осанки, упражнений на внимание, висов и упоров, упражнений у гимнастической стенки), упражнений для коррекции зрения.</p> <p>Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики</p>
4. Спортивные игры	<p>Освоение основных игровых элементов.</p> <p>Знание правил соревнований по избранному игровому виду спорта.</p> <p>Развитие координационных способностей, совершенствование ориентации в пространстве, скорости реакции, дифференцировке пространственных, временных и</p>

	<p>силовых параметров движения.</p> <p>Развитие личностно-коммуникативных качеств. Совершенствование восприятия, внимания, памяти, воображения, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений.</p> <p>Развитие волевых качеств, инициативности, самостоятельности.</p> <p>Умение выполнять технику игровых элементов на оценку. Участие в соревнованиях по избранному виду спорта.</p> <p>Освоение техники самоконтроля при занятиях; умение оказывать первую помощь при травмах в игровой ситуации</p>
5. Плавание	<p>Умение выполнять специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди, спине, брасса.</p> <p>Освоение стартов, поворотов, ныряния ногами и головой. Закрепление упражнений по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища, плавания в полной координации, плавания на боку, на спине.</p> <p>Освоение элементов игры в водное поло (юноши), элементов фигурного плавания (девушки); знание правил плавания в открытом водоеме.</p> <p>Умение оказывать доврачебную помощь пострадавшему. Знание техники безопасности при занятиях плаванием в открытых водоемах и бассейне.</p> <p>Освоение самоконтроля при занятиях плаванием</p>
Виды спорта по выбору	<p>Умение составлять и выполнять индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с разной амплитудой, траекторией, ритмом, темпом, пространственной точностью.</p> <p>Составление, освоение и выполнение в группе комплекса упражнений из 26—30 движений</p>
1. Ритмическая гимнастика	<p>Знание средств и методов тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой.</p> <p>Умение осуществлять контроль за состоянием здоровья. Освоение техники безопасности занятий</p>

2. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Знание и умение грамотно использовать современные методики дыхательной гимнастики. Осуществление контроля и самоконтроля за состоянием здоровья. Знание средств и методов при занятиях дыхательной гимнастикой. Заполнение дневника самоконтроля
4. Дыхательная гимнастика	Умение составлять и выполнять с группой комбинации из спортивно-гимнастических и акробатических элементов, включая дополнительные элементы. Знание техники безопасности при занятии спортивной аэробикой. Умение осуществлять самоконтроль. Участие в соревнованиях
5. Спортивная аэробика	Овладение спортивным мастерством в избранном виде спорта. Участие в соревнованиях. Умение осуществлять контроль за состоянием здоровья (в динамике). Умение оказать первую медицинскую помощь при травмах. Соблюдение техники безопасности
Внеаудиторная самостоятельная работа	Овладение спортивным мастерством в избранном виде спорта. Участие в соревнованиях. Умение осуществлять контроль за состоянием здоровья (в динамике); умение оказывать первую медицинскую помощь при травмах. Соблюдение техники безопасности

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Спортивное оборудование:

- баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон,
- оборудование для силовых упражнений (например, гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары);
- гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания;

- оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

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

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки;
- гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.),
- тренажеры для занятий атлетической гимнастикой,
- маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка,
- ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;
- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля:

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка,
- турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный,
- полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега,
- стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м,
- нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

Для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования используются:

- тренажерный зал;
- лыжная база с лыжехранилищем;
- специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии, единоборств и др.);
- открытые спортивные площадки для занятий: баскетболом; бадминтоном, волейболом, теннисом, мини-футболом, хоккеем; футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для обучающихся

Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ.ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2011.

Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.

Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г. И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2010.

Для преподавателей

Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Егоров С. С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. — М., 2010.

Сайганова Е. Г., Дудов В. А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. — М., 2010. — (Бакалавриат).

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки РФ от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

Интернет-ресурсы

<http://sport.minstm.gov.ru> Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики <http://www.mosport.ru> Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat no=22924&lib no=32922&tmpl=lib> сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

<http://tpfk.infosport.ru> - Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научнотеоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

<http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ 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.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</i>
личностные	
<ul style="list-style-type: none"> • личностных: <ul style="list-style-type: none"> – сформированность представлений о математике как универсальном языке науки, средстве моделирования явлений и процессов, идеях и методах математики; – понимание значимости математики для научно-технического прогресса, сформированность отношения к математике как к части общечеловеческой культуры через знакомство с историей развития математики, эволюцией математических идей; – развитие логического мышления, пространственного воображения, алгоритмической культуры, критичности мышления на уровне, необходимом для будущей профессиональной деятельности, для продолжения образования и самообразования; – овладение математическими знаниями и умениями, необходимыми в повседневной жизни, для освоения смежных естественно-научных дисциплин и дисциплин профессионального цикла, для получения образования в областях, не требующих углубленной математической подготовки; – 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; – готовность и способность к самостоятельной творческой и ответственной 	<p>беседа, собеседование, устный опрос, анкетирование</p>

<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – готовность к коллективной работе, сотрудничеству со сверстниками в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; – отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем. 	
метапредметные	
<ul style="list-style-type: none"> – 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 продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; – 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; – готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; – владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные 	<p>беседа, устный опрос, заполнение таблиц, тестирование, практические работы</p>

<p>языковые средства;</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 для их достижения; – целеустремленность в поисках и принятии решений, сообразительность и интуиция, развитость пространственных представлений; способность воспринимать красоту и гармонию мира. 	
<p>предметные</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • предметных: <ul style="list-style-type: none"> – сформированность представлений о математике как части мировой культуры и о месте математики в современной цивилизации, способах описания явлений реального мира на математическом языке; – сформированность представлений о математических понятиях как важнейших математических моделях, позволяющих описывать и изучать разные процессы и явления; понимание возможности аксиоматического построения математических теорий; – владение методами доказательств и алгоритмов решения, умение их применять, проводить доказательные рассуждения в ходе решения задач; – владение стандартными приемами решения рациональных и иррациональных, показательных, степенных, тригонометрических уравнений и неравенств, их систем; использование готовых компьютерных программ, в том числе для поиска пути решения и иллюстрации решения уравнений и неравенств; – сформированность представлений об основных понятиях математического анализа и их свойствах, владение умением характеризовать поведение функций, использование полученных знаний для 	<ul style="list-style-type: none"> – тестирование, работа с карточками – заданиями, устный и письменный опрос, заполнение таблиц, решение задач практические работы, доклады и сообщения обучающихся, составление сравнительно-обобщающих и конкретизирующих таблиц.

<p>описания и анализа реальных зависимостей;</p> <ul style="list-style-type: none"> – владение основными понятиями о плоских и пространственных геометрических фигурах, их основных свойствах; сформированность умения распознавать геометрические фигуры на чертежах, моделях и в реальном мире; применение изученных свойств геометрических фигур и формул для решения геометрических задач и задач с практическим содержанием; – сформированность представлений о процессах и явлениях, имеющих вероятностный характер, статистических закономерностях в реальном мире, оценивать вероятности наступления событий в простейших практических ситуациях и основные характеристики случайных величин; – владение навыками использования готовых компьютерных программ при решении задач. 	
---	--

Результаты (освоенные общие компетенции по профессии/ специальности)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	<ul style="list-style-type: none"> - стабильная или положительная динамика результатов учебной деятельности по профессиональной программе; - проявлена личная инициатива участия в профессионально ориентированных мероприятиях, конкурсах; - обучается на программах дополнительного профессионального образования; - участие в волонтерских акциях и профориентационных мероприятиях, связанных с профессиональной деятельностью. 	Наблюдение на уроках при выполнении учебных заданий
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их	<ul style="list-style-type: none"> - положительный отзыв работодателей с производственной практики; - отсутствуют замечания о нарушении сроков выполнения учебных задач; - отсутствуют пропуски занятий по неуважительным причинам; - делает любую работу качественно и стремится получить высокую оценку; 	Самоконтроль, тестирование, собеседование, внеаудиторная самостоятельная деятельность

эффективность и качество.		
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	<ul style="list-style-type: none"> - успешная деятельность в группе, в общежитии, в студенческом активе в течение 1 семестра; - успехи в освоении УД «Математики»: показана готовность действовать во внезапно сложившихся условиях; - имел опыт проведения эффективных совещаний; 	Наблюдение и оценка на уроках; тестирование.
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"> - активный компьютерный пользователь; - пользователь библиотечного фонда; - пользователь справочно-правовых систем «Гарант» и «Консультант +»; - опыт участия в учебно-исследовательской деятельности; - показал в ОП способность находить и усваивать профессионально нужную информацию; - способен правильно выражать свои мысли в письменном и устном виде; - умеет передавать информацию другому и входить в контакт; - показал умение анализировать, классифицировать, составлять техническую документацию; 	Аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - курсовые и контрольные работы выполнены качественно в электронном варианте с использованием разных программ; - подготовлена качественная мультимедийная презентация и успешно защищена; - владеет специальным программным обеспечением по основной профессиональной программе; 	Наблюдение и оценка на учебных занятиях, во время выполнения аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы
ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	<ul style="list-style-type: none"> - является членом актива группы, отработавших 1 год; - имеет опыт разработки и защиты группового проекта; - участник творческого коллектива (спортивной команды), имеющие опыт успешной реализации проекта; - участник тренингов (психологических, на сплочение и т.д.); - имеет опыт работы в группе (педагоги использовали групповые методы работы); - для иногородних студентов положительный опыт проживания в общежитии (соблюдение норм и правил проживания); 	наблюдение за применением способов бесконфликтного общения и саморегуляции в процессе организации устного опроса, самостоятельной деятельности внеаудиторной самостоятельной работой
ОК 7. Брать на себя	<ul style="list-style-type: none"> - имеет опыт формирования команды и 	Наблюдение и

<p>ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.</p>	<p>работы в ней;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выходил с личными инициативами, рациональными предложениями; - имел опыт делегирования полномочий и контроля выполнения заданий; - ведет предпринимательскую деятельность, участие в работе обучающих семинаров по поддержке развития предпринимательства; - лидеры выборных органов и общественных объединений; - участники регионального проекта «Точка роста» и др. 	<p>оценка на учебных занятиях, в ходе выполнения самостоятельной деятельности</p>
<p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - мониторинг фиксирует профессиональное развитие обучающегося (профессиональная направленность перешла в профессиональное становление и стремится к профессиональному совершенствованию); - определяет перспективы личностного и профессионального роста; - самостоятельно ведет портфолио; - в установленные сроки и в полном объеме выполняют самостоятельную работу; - проявляет инициативу в собственном образовании; - обучается по программам дополнительного образования; - привлекался к проектной деятельности; - участие в мероприятиях, способствующих карьерному росту 	<p>Наблюдение и оценка на учебных занятиях, в ходе выполнения самостоятельной деятельности</p>
<p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - фиксируется многократное обращение в библиотеку и читальный зал за периодическими профессиональными изданиями; - читает профессиональную литературу; - овладел навыками самопрезентации; - выступал с рационализаторскими предложениями; 	<p>Наблюдение и оценка на учебных занятиях, во время выполнения аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы</p>
<p>ОК 10. Владеть письменной и устной коммуникацией на государственном и (или) иностранном (английском) языке.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация навыков владения письменной и устной речью на русском и иностранном (английском) языке. 	<p>Наблюдение и оценка на практических занятиях при выполнении самостоятельной работы</p>