

Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Кемеровский аграрный техникум» имени Г.П.Левина

УТВЕРЖДАЮ
Директор В.А. Римша

«05» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность:

**35.02.08 Электротехнические системы в агропромышленном комплексе
(АПК)**

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по учебной работе
Е.И. Яковлева
«03» апреля 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по производственному обучению
А.В. Боярский
«04» апреля 2024 г.

РАССМОТРЕНО

На заседании цикловой комиссии
Общеобразовательной подготовки
Председатель А.С. Бабина
Протокол № 7 от «15» марта 2024 г.

Организация - разработчик: Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Кемеровский аграрный техникум» имени Г.П.Левина

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 35.02.08 Электротехнические системы в агропромышленном комплексе (АПК), утвержденным Приказом Министерства просвещения РФ от 07.05.2022 № 368, с учетом профессионального стандарта 40.048 Слесарь-электрик, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.09.2020 N 660н, с учетом профессионального стандарта 20.028 Работник по обслуживанию и ремонту оборудования связи электрических сетей, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.05.2019 N 327н, с учетом профессионального стандарта «Тракторист-машинист сельскохозяйственного производства», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 04.06.2014 N 362н (ред. от 12.12.2016), примерной основной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена по данной специальности, с учетом получаемой профессии.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
1.1. Область применения программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	4
1.3. Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины... 4	
1.4 Корреляция общих компетенций ФГОС СПО с личностными результатами ОПОП СПО ***	5
1.5. Использование часов вариативной части ОПОП	8
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	8
2.2. Распределение объема ОП по разделам и темам	9
2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура	12
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	31
3.1. Требования к материально-техническому обеспечению	31
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	31
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	32

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 35.02.08 Электротехнические системы в агропромышленном комплексе (АПК), утвержденным Приказом Министерства просвещения РФ от 07.05.2022 № 368, с учетом профессионального стандарта 40.048 Слесарь-электрик, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.09.2020 N 660н, с учетом профессионального стандарта 20.028 Работник по обслуживанию и ремонту оборудования связи электрических сетей, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.05.2019 N 327н, с учетом профессионального стандарта «Тракторист-машинист сельскохозяйственного производства», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 04.06.2014 N 362н (ред. от 12.12.2016), примерной основной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена по данной специальности, с учетом получаемой профессии.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного учебного цикла профессиональной подготовки по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 35.02.08 Электротехнические системы в агропромышленном комплексе (АПК).

1.3. Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Цель:

Формирование физической культуры личности, наличие которой обеспечивает готовность к социально-профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, в систематическое физическое самосовершенствование.

Задачи:

- создание целостного представления о физической культуре общества и личности, её роли в личностном, социальном и профессиональном развитии специалиста;
- всестороннего физического развития на основе учебной программы физического воспитания;
- содействие гармоническому развитию студентов организации оптимального двигательного режима, необходимого для сохранения и укрепления здоровья и достижения высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- формирование у студентов навыков и устойчивых привычек самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитания умения использовать средства физической культуры и спорта в повседневной жизни;
- воспитание нравственных, физических, психических качеств, необходимых для личностного и профессионального развития;
- приобретение опыта творческого использования деятельности в сфере физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей.

Решение этих задач осуществляется на основе оздоровительной и воспитательной направленности каждого занятия.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и усваиваются знания:

Уметь:

У1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

У2 – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

У3– пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности);

У4– выполнять физические упражнения в команде.

Знать:

З1 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 – основы здорового образа жизни;

З3 – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

З4 – средства профилактики перенапряжения;

З5 - правила взаимодействия между игроками в командных видах спорта.

Общие компетенции:

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.4 Корреляция общих компетенций ФГОС СПО с личностными результатами ОПОП СПО ***

№№ п/п	Общие компетенции	ОПОП СПО
1	ОК 01	ЛР1; ЛР2; ЛР3; ЛР4; ЛР6; ЛР18;ЛР19
2	ОК 02	ЛР3; ЛР4; ЛР6; ЛР8; ЛР10; ЛР11;ЛР17
3	ОК 03	ЛР2; ЛР4; ЛР8; ЛР12;ЛР14; ЛР19
4	ОК 04	ЛР7; ЛР13; ЛР18
5	ОК 05	ЛР3; ЛР5; ЛР6; ЛР7; ЛР8; ЛР14; ЛР15; ЛР17
6	ОК 06	ЛР2; ЛР3; ЛР5; ЛР7; ЛР8; ЛР11; ЛР12; ЛР13; ЛР15
7	ОК 07	ЛР2; ЛР9; ЛР10; ЛР16
8	ОК 08	ЛР9; ЛР17
9	ОК 09	ЛР3; ЛР4; ЛР5; ЛР6; ЛР7; ЛР8; ЛР10; ЛР14; ЛР15; ЛР18

***Примечание: далее личностные результаты планируются с учетом особенностей преподавания данной дисциплины (см. п. 1.3.)

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОПОП СПО

ЛР 1 Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе, и современном мировом сообществе. Сознующий свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность

к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве.

ЛР 2 Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками.

ЛР 3 Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней.

ЛР 4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни. Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, признающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права.

ЛР 6 Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации.

ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей.

ЛР 8 Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных

традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение.

ЛР 9 Сознательный ценностный образ жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

ЛР 10 Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них

ЛР 11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике.

ЛР 12 Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

ЛР 13 Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.

ЛР 14 Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

ЛР 15 Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем.

ЛР 16 Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности.

ЛР 17 Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии.

ЛР 18 Готовность и способность проявлять универсальные умения и навыки при выполнении смежных видов профессиональной деятельности с учетом сезонности сельскохозяйственного труда.

ЛР 19 Готовность и способность проявлять навыки предпринимательской деятельности.

1.5. Использование часов вариативной части ОПОП

№ п/п	Дополнительные знания, умения	№ , название темы
1	ДУ1. Пользоваться тренажерными устройствами	Тема 5.1. Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах
2	ДУ2. Выполнять прыжки на лыжах с малого трамплина.	Тема 6.1. Лыжная подготовка
3	ДУ3. Совершенствовать базовые знания катания на коньках	Тема 6.1. Лыжная подготовка
4	ДЗ1. Технику выполнения упражнений на тренажерах для различных групп мышц	Тема 5.1. Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах
5	ДЗ2. Технику прыжков на лыжах с малого трамплина.	Тема 6.1. Лыжная подготовка
6	ДЗ3. Правила падения и подъема, скольжения и торможения при катании на коньках	Тема 6.1. Лыжная подготовка

Количество часов по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура, обязательной части программы подготовки специалистов среднего звена увеличено за счет часов вариативной части для формирования дополнительных знаний, умений, которые помогут обучающимся выдержать конкуренцию при трудоустройстве. Обоснование включения в рабочую программу часов вариативной части в количестве **50 часов** отражено в протоколах ЦК и круглого стола с представителями бизнес-среды.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем ОП	140
С преподавателем	138
лекции	2
практические занятия	134
Самостоятельная работа	2
в том числе: Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики. Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений. Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий. Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий. Разучивание, закрепление и совершенствование основных элементов техники изучаемого вида спорта. Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций в процессе самостоятельных занятий. Плавание различными стилями, на различные дистанции в свободное время, в бассейнах, в открытых водоемах. Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в	2

свободное время. Развитие физических качеств в процессе индивидуальных занятий физическими упражнениями.	
Формы промежуточной аттестации:	3-6 семестры – дифф. зачет

2.2. Распределение объема ОП по разделам и темам

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Учебная нагрузка обучающихся, ч.					
		Объем ОП	Самостоят. работа	С преподавателем			
				Всего	В том числе		
					Лекции, уроки	Пр. занятия	Лаб. занятия
3 семестр:							
Раздел 1.	Основы физической культуры	2		2	2		
Тема 1.1.	Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	2		2	2		
Раздел 2.	Легкая атлетика	14		14		14	
Тема 2.1.	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4		4		4	
Тема 2.2.	Бег на длинные дистанции	4		4		4	
Тема 2.3.	Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	6		6		6	
Раздел 3.	Баскетбол	8		8		8	
Тема 3.1.	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2		2		2	
Тема 3.2.	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2		2		2	
Тема 3.3	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2		2		2	
Тема 3.4.	Совершенствование техники владения Баскетбольным мячом	2		2		2	
Раздел 4.	Легкоатлетическая гимнастика	4		4		4	
Тема 4.1.	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	4		4		4	
Раздел 5.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Тема 5.1.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Раздел 6.	Волейбол	10		10		10	
Тема 6.1.	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	4		4		4	
Тема 6.2.	Техника нижней подачи и приёма после неё	2		2		2	
Тема 6.3.	Техника прямого нападающего удара	2		2		2	
Тема 6.4.	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2		2		2	
4 семестр:							

Раздел 1.	Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	2		2		2	
Тема 1.1.	Основы здорового образа жизни	2		2		2	
Раздел 2.	Легкая атлетика	14		14		14	
Тема 2.1.	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4		4		4	
Тема 2.2.	Бег на длинные дистанции	4		4		4	
Тема 2.3.	Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	6		6		6	
Раздел 3.	Баскетбол	10		10		10	
Тема 3.1.	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2		2		2	
Тема 3.2.	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2		2		2	
Тема 3.3.	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2		2		2	
Тема 3.4.	Совершенствование техники владения Баскетбольным мячом	4	2	2		2	
Раздел 4.	Легкоатлетическая гимнастика	4		4		4	
Тема 4.1.	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	4		4		4	
Раздел 5.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Тема 5.1.	Лыжная подготовка	2				2	
Раздел 6.	Волейбол	10		10		10	
Тема 6.1.	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	4		4		4	
Тема 6.2.	Техника нижней подачи и приёма после неё	2		2		2	
Тема 6.3.	Техника прямого нападающего удара	2		2		2	
Тема 6.4.	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2		2		2	
5 семестр:							
Раздел 1.	Легкая атлетика	10		10	2	8	
Тема 1.1.	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4		4	2	2	
Тема 1.2.	Бег на длинные дистанции	2		2		2	
Тема 1.3.	Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	4		4		4	
Раздел 2.	Баскетбол	8		8		8	
Тема 2.1.	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2		2		2	
Тема 2.2.	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2		2		2	
Тема 2.3.	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2		2		2	
Тема 2.4.	Совершенствование техники владения Баскетбольным мячом	2		2		2	
Раздел 3.	Легкоатлетическая гимнастика	2		2		2	
Тема 3.1.	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	2		2		2	
Раздел 4.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Тема 4.1.	Лыжная подготовка	2		2		2	

Раздел 5.	Волейбол	8		8		8	
Тема 5.1.	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	2		2		2	
Тема 5.2.	Техника нижней подачи и приёма после неё	2		2		2	
Тема 5.3.	Техника прямого нападающего удара	2		2		2	
Тема 5.4.	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2		2		2	
6 семестр:							
Раздел 1.	Легкая атлетика	10		10		10	
Тема 1.1.	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	2		2		2	
Тема 1.2.	Бег на длинные дистанции	4		4		4	
Тема 1.3.	Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	4		4		4	
Раздел 2.	Баскетбол	8		8		8	
Тема 2.1.	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2		2		2	
Тема 2.2.	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2		2		2	
Тема 2.3	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2		2		2	
Тема 2.4.	Совершенствование техники владения Баскетбольным мячом	2		2		2	
Раздел 3.	Легкоатлетическая гимнастика	2		2		2	
Тема 3.1.	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	2		2		2	
Раздел 4.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Тема 4.1.	Лыжная подготовка	2		2		2	
Раздел 5.	Волейбол	8		8		8	
Тема 5.1.	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	2		2		2	
Тема 5.2.	Техника нижней подачи и приёма после неё	2		2		2	
Тема 5.3.	Техника прямого нападающего удара	2		2		2	
Тема 5.4.	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2		2		2	

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Объём ОП	№ учебн. занятий	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды ОК, ПК, знаний, умений, формированию которых способствует элемент программы	Материальное и информационное обеспечение занятий
1	2	3	4	5	6	7
<i>3 семестр: объем ОП – 40 часов, из них: лекции, уроки – 2 часа, ПЗ – 38 часов.</i>						
Раздел 1. Основы физической культуры				2		
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	2	Содержание учебного материала		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 33, 34, У1	ОИ 1 ДИ 1 ДИ 2 ИР 1- ИР 4
		1	Основы здорового образа жизни* : рациональный режим труда и отдыха, вредные привычки, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Физическая культура в обеспечении здоровья. Принципы проведения утренней гимнастики, как одного из элементов здорового образа жизни, изучение комплексов упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся.	2		
Раздел 2. Легкая атлетика				14		
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		2	Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника беговых упражнений. Техника прыжка в длину с места. Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.	2		
		3	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив.	2		

			Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив.			
Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		4	Техника бега по дистанции (беговой цикл). Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений.	2		
		5	Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг). Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив. Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени. Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени.	2		
Тема 2.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	6	Практические занятия		6	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		6	Техника бега на средние дистанции. Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	2		
		7	Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов. Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега. Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив.	2		
		8	Техника метания гранаты, контрольный норматив.	2		
Раздел 3. Баскетбол				8		
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		9	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места в баскетболе. Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.	2		
Тема 3.2. Техника		Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08,	ОИ 1

выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2	10	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок. Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок.	2	31, 32, 35, У1, У2, У4	
Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		10	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2		
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		11	Техника владения баскетбольным мячом. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре	2		
		12	Приём контрольных нормативов по баскетболу: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		
Раздел 4. Легкоатлетическая гимнастика				4		
Тема 4.1. Легкоатлетическая гимнастика, работа	4	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, У3, ДУ1, ДЗ1	ОИ 1
		13	Легкоатлетическая гимнастика как способ развития гармоничного тела. Выполнение упражнений	2		

на тренажерах		легкоатлетической гимнастики: силовые, аэробные, статические упражнения, растяжка. Регулирование нагрузки с помощью отягощения, увеличения количества повторов в подходе или скорости их выполнения.			
	Практические занятия		2		
	14	<i>Выполнение упражнений на тренажерах.** Техника коррекции фигуры при помощи легкоатлетической гимнастики и тренажеров. Выполнение упражнений для развития различных групп мышц. Круговая тренировка на 5 - 6 станций.</i>	2		
Раздел 5. Лыжная подготовка			2		
Тема 5.1. Лыжная подготовка	2	Практические занятия. Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках).		ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, ДУ2, ДУ3, Д32, Д33	ОИ 1
		15	Лыжная подготовка: одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. <i>Прыжки на лыжах с малого трамплина.</i> Лыжная подготовка: Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши). <i>Катание на коньках: посадка и техника падений, техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту, разгон, торможение, техника и тактика бега по дистанции, пробегание дистанции до 500 метров, подвижные игры на коньках.</i>	2	
Раздел 6. Волейбол			10		
Тема 6.1. Техника		Практические занятия	4	ОК 04, ОК 08,	ОИ 1

перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	4	16	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.	2	31, 32, 35, У1, У2, У4	
		17	Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		ОИ 1
Тема 6.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		18	Техника нижней подачи и приёма после неё. Отработка техники нижней подачи и приёма после неё. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре.	2		
Тема 6.3. Техника прямого нападающего удара	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		19	Техника прямого нападающего удара. Отработка техники прямого нападающего удара. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		
Тема 6.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		20	Приём контрольных нормативов по волейболу: передача мяча над собой снизу, сверху. Прием контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке.	2		

4 семестр: объем ОП – 40 часов, из них: ПЗ – 38 часов, СР – 2 часа.						
Раздел 1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности				2		
Тема 1.1. Основы здорового образа жизни	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 33, 34, У1	ОИ 1 ДИ 1 ДИ 2 ИР 1 – ИР 4
		1	Основы здорового образа жизни* : рациональный режим труда и отдыха, вредные привычки, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Физическая культура в обеспечении здоровья. Принципы проведения утренней гимнастики, как одного из элементов здорового образа жизни, изучение комплексов упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся.	2		
Раздел 2. Легкая атлетика				14		
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		2	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места. Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника беговых упражнений. Техника прыжка в длину с места. Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.	2		
		3	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив.	2		
Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		4	Техника бега по дистанции (беговой цикл). Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений.	2		
		5	Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг). Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив. Техника бега на дистанции	2		

			3000 м, без учета времени. Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени.			
Тема 2.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	6	Практические занятия		6	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		6	Техника бега на средние дистанции. Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	2		
		7	Выполнение контрольного норматива по прыжкам: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов. Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега. Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив.	2		
		8	Техника метания гранаты, контрольный норматив.	2		
Раздел 3. Баскетбол				10		
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		9	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.	2		
Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2	Практические занятия		2		
		10	Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок».	2		
		Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08,	ОИ 1

Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2	11	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2	31, 32, 35, У1, У2, У4	
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	4	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		12	Техника владения баскетбольным мячом. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре	2		
		Самостоятельная работа обучающихся		2		
		-	Подготовить конспекты по темам: 1. Самоконтроль за выполнением физических упражнений и занятий спортом. 2. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.	2		
Раздел 4. Легкоатлетическая гимнастика				4		
Тема 4.1. Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	4	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, У3, ДУ1, ДЗ1	ОИ 1
		13	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Легкоатлетическая гимнастика как способ развития гармоничного тела. Выполнение упражнений легкоатлетической гимнастики: силовые, аэробные, статические упражнения, растяжка. Регулирование нагрузки с помощью отягощения, увеличения количества повторов в подходе или скорости их выполнения.	2		
		Практические занятия		2		

		14	<i>Выполнение упражнений на тренажерах. Техника коррекции фигуры при помощи легкоатлетической гимнастики и тренажеров. Выполнение упражнений для развития различных групп мышц. Круговая тренировка на 5 - 6 станций.</i>	2		
Раздел 5. Лыжная подготовка				2		
Тема 5.1. Лыжная подготовка	2	Практические занятия. Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках).			ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, ДУ2, ДУ3, Д32, Д33	ОИ 1
		15	Лыжная подготовка: одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. <i>Прыжки на лыжах с малого трамплина.</i> Лыжная подготовка: Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши). <i>Катание на коньках: посадка и техника падений, техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту, разгон, торможение, техника и тактика бега по дистанции, пробегание дистанции до 500 метров, подвижные игры на коньках.</i>	2		
Раздел 6. Волейбол				8		
Тема 6.1. Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		16	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.	2		

		17	Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе	2		
Тема 6.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		18	Техника нижней подачи и приёма после неё. Отработка техники нижней подачи и приёма после неё. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре.	2		
Тема 6.3. Техника прямого нападающего удара	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		19	Техника прямого нападающего удара. Отработка техники прямого нападающего удара. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		
Тема 6.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		20	Приём контрольных нормативов по волейболу: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке.	2		
5 семестр: объем ОП – 30 часов, из них: лекции, уроки – 2 часа, ПЗ – 38 часов.						
Раздел 1. Легкая атлетика				10		
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	4	Содержание учебного материала		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		1	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места. Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника беговых упражнений. Техника прыжка в длину с места. Совершенствование техники	2		

			прыжка в длину с места, контрольный норматив. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.			
		Практические занятия		2		
		2	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив.	2		
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		3	Техника бега по дистанции (беговой цикл). Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений. Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг). Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив. Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени. Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени.	2		
Тема 1.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		4	Техника бега на средние дистанции. Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	2		
		5	Выполнение контрольного норматива по прыжкам: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов. Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега. Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив. Техника метания гранаты. Техника метания гранаты, контрольный норматив.	2		
Раздел 2. Баскетбол				8		
Тема 2.1. Техника выполнения ведения	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		6	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение техникой выполнения ведения	2		

мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места			мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.			
Тема 2.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2	Практические занятия		2		
		7	Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок».	2		
Тема 2.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		8	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2		
Тема 2.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		9	Выполнение контрольных нормативов по баскетболу: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре. Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		
Раздел 3. Легкоатлетическая гимнастика				2		
Тема 3.1.		Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08,	

Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	2	10	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Легкоатлетическая гимнастика как способ развития гармоничного тела. Выполнение упражнений легкоатлетической гимнастики: силовые, аэробные, статические упражнения, растяжка. Регулирование нагрузки с помощью отягощения, увеличения количества повторов в подходе или скорости их выполнения. <i>Выполнение упражнений на тренажерах. Техника коррекции фигуры при помощи легкоатлетической гимнастики и тренажеров. Выполнение упражнений для развития различных групп мышц. Круговая тренировка на 5 - 6 станций.</i>	2	31, 32, У1, У2, У3, ДУ1, ДЗ1	ОИ 1
Раздел 4. Лыжная подготовка				2		
Тема 4.1. Лыжная подготовка	2	Практические занятия. Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках).			ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, ДУ2, ДУ3, ДЗ2, ДЗ3	ОИ 1
		11	Лыжная подготовка: одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. <i>Прыжки на лыжах с малого трамплина.</i> Лыжная подготовка: Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши). <i>Катание на коньках: посадка и техника падений, техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту, разгон, торможение, техника и тактика бега по дистанции, пробегание дистанции до 500 метров, подвижные игры на коньках.</i>	2		
Раздел 5. Волейбол				8		
Тема 5.1. Техника		Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08,	ОИ 1

перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками	2	12	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе	2	31, 32, 35, У1, У2, У4	
Тема 5.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		13	Техника нижней подачи и приёма после неё. Отработка техники нижней подачи и приёма после неё. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре.	2		
Тема 5.3. Техника прямого нападающего удара	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		14	Техника прямого нападающего удара. Отработка техники прямого нападающего удара. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		
Тема 5.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		15	Приём контрольных нормативов по волейболу: передача мяча над собой снизу, сверху. Прием контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением	2		

			изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.			
6 семестр: объем ОП – 30 часов, из них: ПЗ – 30 часов.						
Раздел 1. Легкая атлетика				10		
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		1	Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника беговых упражнений. Техника прыжка в длину с места. Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования. Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив.	2		
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		2	Техника бега по дистанции (беговой цикл). Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений.	2		
		3	Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг). Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив. Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени. Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени.	2		
Тема 1.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	4	Практические занятия		4	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2	ОИ 1
		4	Техника бега на средние дистанции. Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	2		
		5	Выполнение контрольного норматива по прыжкам: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов. Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега.	2		ОИ 1

			Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив. Техника метания гранаты. Техника метания гранаты, контрольный норматив.			
Раздел 2. Баскетбол				8		
Тема 2.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		6	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.	2		
Тема 2.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок	2	Практические занятия		2		ОИ 1
		7	Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок».	2		
Тема 2.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		8	Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2		
Тема 2.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		9	Техника владения баскетбольным мячом. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо. Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре. Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём	2		

			контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.			
Раздел 3. Легкоатлетическая гимнастика				2		
Тема 3.1. Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, У3, ДУ1, ДЗ1	ОИ 1
		10	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Легкоатлетическая гимнастика как способ развития гармоничного тела. Выполнение упражнений легкоатлетической гимнастики: силовые, аэробные, статические упражнения, растяжка. Регулирование нагрузки с помощью отягощения, увеличения количества повторов в подходе или скорости их выполнения. <i>Выполнение упражнений на тренажерах. Техника коррекции фигуры при помощи легкоатлетической гимнастики и тренажеров. Выполнение упражнений для развития различных групп мышц. Круговая тренировка на 5 - 6 станций.</i>	2		
Раздел 4. Лыжная подготовка				2		
Тема 4.1. Лыжная подготовка	2	Практические занятия. Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках).			ОК 04, ОК 08, 31, 32, У1, У2, ДУ2, ДУ3, ДЗ2, ДЗ3	ОИ 1
		11	Лыжная подготовка: одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. <i>Прыжки на лыжах с малого трамплина.</i> Лыжная подготовка: Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши). <i>Катание на коньках: посадка и техника падений, техника передвижения по прямой, техника передвижения по</i>	2		

			<i>повороту, разгон, торможение, техника и тактика бега по дистанции, пробегание дистанции до 500 метров, подвижные игры на коньках.</i>			
Раздел 5. Волейбол				8		
Тема 5.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35, У1, У2, У4	ОИ 1
		12	Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе	2		
Тема 5.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		13	Техника нижней подачи и приёма после неё. Отработка техники нижней подачи и приёма после неё. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре. Совершенствование технических элементов волейбола в учебной игре.	2		
Тема 5.3. Техника прямого нападающего удара	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		14	Техника прямого нападающего удара. Отработка техники прямого нападающего удара. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		

Тема 5.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	2	Практические занятия		2	ОК 04, ОК 08, 31, 32, 35 У1, У2, У4	ОИ 1
		15	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе.	2		

* Жирным шрифтом выделена тема для заполнения учебного журнала (при наличии большого количества дидактических единиц);

** Курсивом выделена тема для формирования дополнительных умений и знаний.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура требует наличия спортивного зала, зала аэробики или тренажёрного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных теплых раздевалок, тира.

Оборудование и оснащение:

- теннисные столы, спортивные тренажеры, конь гимнастический, перекладина, брусья, гири (комплект), комплект штанг, гимнастические маты,
 - мячи (баскетбольные, футбольные, волейбольные, теннисные), мячи набивные, фитнес мячи, щиты, ворота, корзины, сетки, стойки;
 - боди-палки, скакалки, гимнастические коврики;
 - наборы для игр в шахматы, секундомеры;
 - оборудование для силовых упражнений (гантели, утяжелители);
 - шведская стенка;
 - стрелковое оружие (пневматические винтовки, автомат Калашникова);
 - лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками (лыжный инвентарь: лыжи беговые, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.);
 - комплект учебно-методической документации.
- Технические средства обучения: музыкальный центр, выносные колонки, компьютер.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2023. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. // Znanium: электронно-библиотечная система. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1905554> (дата обращения: 02.02.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

Дополнительные источники:

1. Абаскалова, Н.П. Физиологические основы здоровья: учебное пособие / Н.П. Абаскалова, Р.И. Айзман, Е.Н. Боровец [и др.]; отв. ред. Р.И. Айзман. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: ИНФРА-М, 2023. — 351 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015639-2. – Текст: электронный. // ЭБС «Znanium» – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1934006> (дата обращения: 02.02.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Карасёва, Т.В. Лечебная физическая культура при терапевтических заболеваниях: учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 158 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/1042644. - ISBN 978-5-16-018979-6. // Znanium: электронно-библиотечная система. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1912982> (дата обращения: 02.02.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.

Интернет ресурсы:

1. Департамент молодежной политики и спорта Кемеровской области. – URL: <http://www.dmps-kuzbass.ru/> (дата обращения: 02.02.2024).
2. Министерство спорта Российской Федерации. – URL.: <http://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 02.02.2024).
3. Управление культуры, спорта и молодежной политики Администрации города

Кемерово. – URL.: <http://www.kultsport42.ru/> (дата обращения: 02.02.2024).

4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма Издатель: Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта» – URL.: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> (дата обращения: 02.02.2024).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>знать: 31 - Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; 32 – Основы здорового образа жизни; 33 – Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности) 34 – Средства профилактики перенапряжения</p>	<p><u>Формы контроля обучения:</u> - домашние задания профилактического характера; - задания по работе с информацией; - оценивание результатов выполнения контрольных нормативов.</p> <p>Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</p>
<p>уметь: У1 – Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У2 – Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности У3– Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности) У4– Выполнять физические упражнения в команде</p>	<p>Методы оценки результатов: - накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка; - традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка; - тестирование в контрольных точках.</p> <p>Легкая атлетика 1. Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): бега на короткие, средние, длинные дистанции; 2. Прыжков в длину;</p> <p>Спортивные игры 1. Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование) 2. Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм.</p> <p>Аэробика (девушки) 1. Оценка техники выполнения комбинаций и связок.</p> <p>Атлетическая гимнастика (юноши) 1. Оценка техники выполнения упражнений на</p>

	<p>тренажерах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями.</p> <p>Лыжная подготовка</p> <p>1. Оценка техники передвижения на лыжах различными ходами, техники выполнения поворотов, торможения, спусков и подъемов.</p> <p>Кроссовая подготовка</p> <p>1. Оценка техники пробегания дистанции до 5 км без учета времени.</p> <p>2. Оценка техники изученных двигательных действий отдельно по видам подготовки: строевой, физической, огневой.</p> <p>Проводится оценка уровня развития выносливости и силовых способностей по приросту к исходным показателям.</p> <p>– дифференцированный зачет</p>
--	--

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Коды ОК (из ФГОС СПО)	Критерии оценки личностных результатов обучающихся
<p>ЛР 1</p> <p>Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе, и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве</p>	<p>ОК 06</p>	<p>– сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении;</p> <p>– проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;</p> <p>– участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях</p>
<p>ЛР 2</p> <p>Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических,</p>	<p>ОК 03 ОК 06 ОК 07</p>	<p>– проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону;</p> <p>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях;</p> <p>– отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся;</p> <p>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве;</p> <p>– участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях;</p>

<p>природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками</p>		<p>– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах;</p>
<p>ЛР 3 Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней</p>	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 05 ОК 06 ОК 09</p>	<p>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов;</p> <p>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности;</p> <p>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности;</p> <p>– участие в исследовательской и проектной работе;</p> <p>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях;</p> <p>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики;</p> <p>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде;</p> <p>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;</p> <p>– готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;</p> <p>– сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении;</p> <p>– проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;</p> <p>– отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся;</p> <p>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве;</p> <p>– участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях;</p> <p>– добровольческие инициативы по поддержке инвалидов и престарелых граждан;</p>
<p>ЛР 4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с</p>	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 09</p>	<p>– демонстрация интереса к будущей профессии;</p> <p>– оценка собственного продвижения, личностного развития;</p> <p>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по</p>

<p>учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»</p>		<p>результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> – ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности; – проявление высокопрофессиональной трудовой активности; – участие в исследовательской и проектной работе; – соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики; – конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве; – участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах; – проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве;
<p>ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в</p>	<p>ОК 05 ОК 06 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – участие в исследовательской и проектной работе; – участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях; – соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики; – конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа; – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах; – сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении;

<p>сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права.</p>		<ul style="list-style-type: none"> – отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся; – отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве; – участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях; – добровольческие инициативы по поддержки инвалидов и престарелых граждан; – проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; – демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве; – проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности;
<p>ЛР 6 Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации</p>	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 05 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – демонстрация интереса к будущей профессии; – оценка собственного продвижения, личностного развития; – положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов; – ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности; – проявление высокопрофессиональной трудовой активности; – участие в исследовательской и проектной работе; – участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях;
<p>ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения.</p>	<p>ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики; – конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;

<p>Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей</p>		<ul style="list-style-type: none"> – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах; – сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении; – проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;
<p>ЛР 8 Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение</p>	<p>ОК 02 ОК 03 ОК 05 ОК 06 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону; – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах; – отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся; – отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве;
<p>ЛР 9 Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде</p>	<p>ОК 07 ОК 08</p>	<ul style="list-style-type: none"> – участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях; – добровольческие инициативы по поддержке инвалидов и престарелых граждан; – проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; – демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии; – демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве; – проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования

		компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве;
<p>ЛР 10 Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них</p>	<p>ОК 02 ОК 07 ОК 09</p>	<p>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; – демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии; – проявление навыков цифровой безопасности;</p>
<p>ЛР 11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике</p>	<p>ОК 02 ОК 06</p>	<p>– участие в культурных программах и проектах, посещение концертов, музеев, театров, кинотеатров, художественных выставок;</p>
<p>ЛР 12 Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со</p>	<p>ОК 03 ОК 06</p>	<p>– осознание ценности семьи для каждого человека, установка на надежные и безопасные отношения, вступление в брак и ответственное родительство</p>

своими детьми и их финансового содержания		
ЛР 13 Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	ОК 01 ОК 04 ОК 06	– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа; – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;
ЛР 14 Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ОК 03 ОК 09 ОК 05	– участие в исследовательской и проектной работе; – проявление высокопрофессиональной трудовой активности; – соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики; – конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа; – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;
ЛР 15 Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	ОК 06 ОК 09 ОК 05	– демонстрация интереса к будущей профессии; – оценка собственного продвижения, личного развития; – проявление высокопрофессиональной трудовой активности;
ЛР 16 Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности	ОК 07	– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; – демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии
ЛР 17 Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии	ОК 08 ОК 02 ОК 05	– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве
ЛР 18 Готовность и способность проявлять универсальные умения и навыки при выполнении смежных видов	ОК 01 ОК 04 ОК 09	– проявление универсальных умений и навыков при выполнении смежных видов профессиональной деятельности с учетом сезонности сельскохозяйственного труда

профессиональной деятельности с учетом сезонности сельскохозяйственного труда		
ЛР 19 Готовность и способность проявлять навыки предпринимательской деятельности	ОК 01 ОК 03	– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности