

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор В.А. Римша

«18» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность:

36.02.01 Ветеринария

2025

РАССМОТРЕНО
на заседании цикловой комиссии
общеобразовательных дисциплин

Председатель: А.А. Логинова

Протокол № 11 от «10» июня 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по учебной работе

Е.И. Яковлева

«16» июня 2025 г.

Автор-составитель:
А.Ю. Береславец, преподаватель ГПОУ КАТ им. Г.П.Левина.

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 36.02.01 Ветеринария, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 ноября 2020 г. N 657 (с изменениями и дополнениями), с учетом примерной основной образовательной программы для данной специальности

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 целевыми ориентирами воспитания ОПОП СПО ***	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	7
2.2 Распределение объема ОП по разделам и темам	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16
3.1. Требования к материально-техническому обеспечению	16
3.2. Информационное обеспечение обучения	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 36.02.01 Ветеринария, утвержденным Приказом Министерства просвещения РФ от 23 ноября 2020 г. № 657 (ред. от 01.09.2022), с учетом примерной основной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена по данной специальности.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 36.02.01 Ветеринария.

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

Код ОК	Умения	Знания
OK 08	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 специальности	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 специальности; 34 – Способы реализации собственного развития

Выпускник, освоивший образовательную программу, должен обладать следующими общими компетенциями (далее - ОК):

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 целевыми ориентирами воспитания ОПОП СПО ***

№№ п/п	Общие компетенции	ОПОП СПО
1	ОК 01	ЦО27; ЦО28; ЦО29; ЦО30; ЦО31; ЦО32; ЦО40;
2	ОК 02	ЦО37; ЦО38; ЦО39; ЦО40; ЦО41; ЦО42;
3	ОК 03	ЦО27; ЦО28; ЦО29; ЦО30; ЦО31; ЦО32;
4	ОК 04	ЦО28; ЦО29; ЦО31; ЦО40;
5	ОК 05	ЦО9; ЦО10; ЦО16; ЦО17; ЦО18; ЦО19;
6	ОК 06	ЦО1; ЦО2; ЦО3; ЦО4; ЦО5; ЦО6; ЦО7; ЦО8; ЦО9; ЦО10; ЦО11; ЦО12; ЦО13; ЦО14; ЦО15; ЦО16; ЦО17; ЦО18; ЦО19;
7	ОК 07	ЦО33; ЦО34; ЦО35; ЦО36;
8	ОК 08	ЦО20; ЦО21; ЦО22; ЦО23; ЦО24; ЦО25; ЦО26;
9	ОК 09	ЦО27; ЦО28; ЦО29; ЦО30; ЦО31; ЦО32; ЦО40;

***Примечание: далее целевые ориентиры воспитания планируются с учетом особенностей преподавания данной дисциплины (см. п. 1.3).

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ВОСПИТАНИЯ ОПОП СПО ***

Гражданское воспитание

ЦО 1 Осознанно выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.

ЦО 2 Сознающий своё единство с народом России как источником власти и субъектом тысячелетней российской государственности, с Российским государством, ответственность за его развитие в настоящем и будущем на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания.

ЦО 3 Проявляющий гражданско-патриотическую позицию, готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду.

ЦО 4 Ориентированный на активное гражданское участие в социально-политических процессах на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан.

ЦО 5 Осознанно и деятельно выражающий неприятие любой дискриминации по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности.

ЦО 6 Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольческом движении, предпринимательской деятельности, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах).

Патриотическое воспитание

ЦО 7 Осознающий свою национальную, этническую принадлежность, демонстрирующий приверженность к родной культуре, любовь к своему народу.

ЦО 8 Сознающий причастность к многонациональному народу Российской Федерации, Отечеству, общероссийскую идентичность.

ЦО 9 Проявляющий деятельное ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, их традициям, праздникам.

ЦО 10 Проявляющий уважение к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающий их права, защиту их интересов в сохранении общероссийской идентичности.

Духовно-нравственное воспитание

ЦО 11 Проявляющий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учётом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения.

ЦО 12 Проявляющий уважение к жизни и достоинству каждого человека, свободе мировоззренческого выбора и самоопределения, к представителям различных этнических групп, традиционных религий народов России, их национальному достоинству и религиозным чувствам с учётом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан. **ЦО 13** Понимающий и деятельно выражающий понимание ценности межнационального, межрелигиозного согласия, способный вести диалог с людьми разных национальностей и вероисповеданий, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

ЦО 14 Ориентированный на создание устойчивой семьи на основе российских традиционных семейных ценностей, рождение и воспитание детей и принятие родительской ответственности.

ЦО 15 Обладающий сформированными представлениями о ценности и значении в отечественной и мировой культуре языков и литературы народов России.

Эстетическое воспитание

ЦО 16 Выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, российского и мирового художественного наследия.

ЦО 17 Проявляющий восприимчивость к разным видам искусства, понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей, умеющий критически оценивать это влияние.

ЦО 18 Проявляющий понимание художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве.

ЦО 19 Ориентированный на осознанное творческое самовыражение, реализацию творческих способностей, на эстетическое обустройство собственного быта, профессиональной среды.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия

ЦО 20 Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей.

ЦО 21 Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде.

ЦО 22 Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию.

ЦО 23 Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их в еда для физического и психического здоровья.

ЦО 24 Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей.

ЦО 25 Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ЦО 26 Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Профессионально-трудовое воспитание

ЦО 27 Понимающий профессиональные идеалы и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны.

ЦО 28 Учащийся в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности.

ЦО 29 Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности.

ЦО 30 Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества.

ЦО 31 Ориентированный на осознанное освоение выбранной сферы профессиональной деятельности с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, государства и общества.

ЦО 32 Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе.

Экологическое воспитание

ЦО 33 Демонстрирующий в поведении сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, ответственность за действия в природной среде.

ЦО 34 Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, содействующий сохранению и защите окружающей среды.

ЦО 35 Применяющий знания из общеобразовательных и профессиональных дисциплин для разумного, бережливого производства и природопользования, ресурсосбережения в быту, в профессиональной среде, общественном пространстве.

ЦО 36 Имеющий и развивающий опыт экологически направленной, природоохранной, ресурсосберегающей деятельности, в том числе в рамках выбранной специальности, способствующий его приобретению людьми.

Ценностями научного познания

ЦО 37 Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом своих интересов, способностей, достижений, выбранного направления профессионального образования и подготовки.

ЦО 38 Обладающий представлением о современной научной картине мира, достижениях науки и техники, аргументированно выражающий понимание значения науки и технологий для развития российского общества и обеспечения его безопасности.

ЦО 39 Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверности научной информации, в том числе в сфере профессиональной деятельности. **ЦО 40** Умеющий выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ЦО 41 Использующий современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ЦО 42 Развивающий и применяющий навыки наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмысливания опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской и профессиональной деятельности

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем ОП	160
С преподавателем	160
в том числе:	-
лабораторные занятия	-
практические занятия	158
Формы промежуточной аттестации:	3-8 семестры дифференцированный зачет

2.2 Распределение объема ОП по разделам и темам

Наименование циклов, разделов, дисциплин, профессиональных модулей, МДК, практик	Учебная нагрузка обучающихся, ч.				
	Объем ОП	Самост. работа	С преподавателем		
			Всего	Лекции, уроки	в том числе Пр. занятия
Введение	2		2	2	
Раздел 1. Легкая атлетика	44		44	2	42
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	12		12	2	10
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	14		14		14
Тема 1.3. Эстафетный бег	8		8		8
Тема 1.4. Бег на средние дистанции	10		10		10
Раздел 2. Баскетбол	32		32		32
Тема 2.1 Техника перемещений, стоек. Правила игры	10		10		10
Тема 2.2 Ведение, прием и передача мяча	8		8		8
Тема 2.3 Броски мяча	6		6		6
Тема 2.4 Простые тактические комбинации	8		8		8
Раздел 3. Волейбол	26		26		26
Тема 3.1. Стойки, перемещения, прыжки. Правила игры	4		4		4
Тема 3.2 Прием и передачи мяча	8		8		8
Тема 3.3 Подачи мяча	4		4		4
Тема 3.4 Нападающий удар. Блокирование	4		4		4
Тема 3.5 Тактика нападения	4		4		4
Тема 3.6 Тактика защиты	2		2		2
Раздел 4. Лыжная подготовка	22		22		22
4.1 Тактика передвижения на лыжах	22		22		22
Раздел 5. Гимнастика	34		34		34
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	28		28		28
Тема 5.2. Комплексы профессионально-прикладных гимнастических упражнений	6		6		6
ВСЕГО:	160	-	160		160

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

Наименование разделов и тем	Объем ОП	№ учеб. занятия	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды ОК, ПК, знаний, умений, формированию которых способствует элемент программы	Материальное и информационное обеспечение занятий	Задания для обучающихся
1	2	3	4	5	6	7	9
2 курс, 3 семестр: объем ОП – 26 часов, из них: лекции, уроки – 2 часа, ПЗ – 24 часа							
Введение	2	Содержание занятия		2			
		1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.	2	31, 32, 33, 34, У1, У2, У3, ОК 08.		ДИ 1 С. 6-30 ОИ 2
Раздел 1. Легкая атлетика				12			
Тема 1.1. Бег на коротки дистанции. Прыжки в длину с места	4	Практические занятия		6			
		2	Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Повторный бег 200 м.	2			ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2
		3	Совершенствование техники низкого старта. Бег 100 м.	2			
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	4	Практические занятия		4			
		4	Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Равномерный бег 2000 м.	2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Секундомер	ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2
		5	Разучивание комплексов специальных упражнений. Переменный бег 2000 м.	2			
Тема 1.4. Бег на средние дистанции	4	Практические занятия		4			
		6	Совершенствование техники высокого старта, стартового разбега, финиширования. Техника бега на дистанции 400 м.	2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Секундомер	ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2
		7	Совершенствование техники высокого старта. Равномерный бег 800 м.	2			
Раздел 2. Баскетбол				8			
Тема 2.1 Техника перемещений, стоек. Правила игры	4	Практические занятия		4			
		8	Совершенствование техники перемещений и стоек, прием и передача мяча после перемещений в стойке.	2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины	ОИ 1 С. 121-139 ОИ 2
		9	Правила игры. Учебная игра.	2			
Тема 2.2 Ведение, прием и передача мяча	4	Практические занятия		4			
		10	Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.	2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины	ОИ 1 С. 121-139 ОИ 2
		11	Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.	2			

	Раздел 4. Волейбол			4			
Тема 3.1. Стойки, перемещения, прыжки Правила игры	4	Практические занятия			4		
		12	Совершенствование техники перемещений, стоек и прыжков.			2	У1, У2, 32, 34 OK 08
		13	Правила игры. Учебная игра.			2	Волейбольные мячи, сетка
2 курс, 4 семестр: объем ОП – 28 часов, из них: лекции, уроки – 0 часа, ПЗ – 28 часа							
	Раздел 4 Лыжная подготовка			8			
4.1 Тактика передвижения на лыжах	8	Практические занятия			8		
		14	ТБ при занятиях лыжным спортом. Первая помощь при травмах и обморожениях.			2	У1, У2, 32, 34 OK 08
		15	Передвижение по пересеченной местности.			2	
		16	Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований.			2	
		17	Прохождение дистанции 3 км (девушки), 5 км (юноши).			2	
	Раздел 5. Гимнастика			10			
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	10	Практические занятия			10		
		18	Совершенствование техники упражнений с собственным весом на перекладине, брусьях, приседания, отжимания, упражнения на пресс			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 OK 08
		19	Совершенствование техники упражнений с предметами: обручами, скакалками, гимнастическими палками			2	
		20	Совершенствование техники упражнений на блочных тренажерах для развития основных мышечных групп.			2	
		21	Совершенствование техники упражнений со свободными весами: гирями, гантелями, штангами.			2	
		22	Совершенствование техники упражнений с собственным весом на перекладине, брусьях, приседания, отжимания, упражнения на пресс			2	
	Раздел 3. Волейбол			6			
Тема 3.2 Прием и передачи мяча	4	Практические занятия			4		
		23	Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками сверху.			2	У1, У2, 32, 34 OK 08
		24	Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками сверху.			2	
Тема 3.3 Подачи мяча	2	Практические занятия			2		
		25	Совершенствования техники нижней, верхней и боковой подачи мяча.			2	

	<i>Раздел 2. Баскетбол</i>			4			
Тема 2.3 Броски мяча	4	Практические занятия			4		
		26 Совершенствование бросков по кольцу с места и в движении.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины
		27 Совершенствование бросков по кольцу с места и в движении.			2		
<i>3 курс, 5 семестр: объем ОП – 26 часов, из них: лекции, уроки – 0 часа, ПЗ – 26 часов</i>							
	<i>Раздел 1. Легкая атлетика</i>			10			
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	6	Практические занятия			6		
		28 Совершенствование стартового разбега. Переменный бег 200 м.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Секундомер
		29 Совершенствование техники финиширования. Бег 100 м.			2		
		30 Совершенствование техники бега на дистанции 100 м. Контрольный тест 100 м.			2		
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	4	Практические занятия			4		
		31 Совершенствование техники высокого старта, стартовый разбег. Переменный бег 3000 м.			2		ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2
		32 Техника бега по дистанции 3000 м.			2		
	<i>Раздел 2. Баскетбол</i>			8			
Тема 2.4 Простые тактические комбинации	4	Практические занятия			4		
		33 Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины
		34 Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.			2		
Тема 2.2 Ведение, прием и передача мяча	4	Практические занятия			4		
		35 Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины
		36 Совершенствование ведения мяча, приемов и передач мяча на месте и в движении, в парах и тройках.			2		
	<i>Раздел 3. Волейбол</i>			4			
Тема 3.4 Нападающий удар. Блокирование	4	Практические занятия			4		
		37 Совершенствование техники видов нападающего удара.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Волейбольные мячи, сетка
		38 Совершенствование техники видов блокирования			2		

	<i>Раздел 5. Гимнастика</i>			4			
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	4	Практические занятия			4		
39 Совершенствование техники упражнений с предметами: обручами, скакалками, гимнастическими палками			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 OK 08		Тренажеры Гантели, штанги	ОИ 1 С. 89-120 ОИ 2
40 К Совершенствование техники упражнений с предметами: обручами, скакалками, гимнастическими палками			2				
<i>3 курс, 6 семестр: объем ОП – 28 часов, из них: лекции, уроки – 0 часа, ПЗ – 28 часов</i>							
	<i>Раздел 4 Лыжная подготовка</i>			8			
4.1 Тактика передвижения на лыжах	8	Практические занятия			8		
41 Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.			2	У1, У2, 32, 34 OK 08		Лыжный инвентарь	ОИ 1 С. 49-88 ОИ 2
42 Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.			2				
43 Преодоление подъемов и препятствий.			2				
44 Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований.			2				
	<i>Раздел 3. Волейбол</i>			6			
Тема 3.3 Подачи мяча	2	Практические занятия			2		
45 Совершенствования техники нижней, верхней и боковой подачи мяча.			2	У1, У2, 32, 34 OK 08		Волейбольные мячи, сетка	ОИ 1 С. 140-148 ОИ 2
Тема 3.5 Тактика нападения	4	Практические занятия			4		
46 Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.			2				
47 Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.			2				
	<i>Раздел 5. Гимнастика</i>			4			
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	4	Практические занятия			4		
48 Совершенствование техники упражнений с собственным весом на перекладине, брусьях, приседания, отжимания, упражнения на пресс			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 OK 08		Тренажеры Гантели, штанги	ОИ 1 С. 89-120 ОИ 2
49 Совершенствование техники упражнений с собственным весом на перекладине, брусьях, приседания, отжимания, упражнения на пресс							

	Раздел 2. Баскетбол			4			
Тема 2.1 Техника перемещений, стоек. Правила игры	2	Практические занятия			2		
		50	Совершенствование техники перемещений и стоек, прием и передача мяча после перемещений в стойке.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08
Тема 2.3 Броски мяча	2	Практические занятия			2		
		51	Контрольные тесты. (Штрафной бросок, атака кольца на два шага).			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08
	Раздел 5. Гимнастика			2			
Тема 5.2. Комплексы профессионально-прикладных гимнастических упражнений	2	Практические занятия			2		
		52	Совершенствование техники упражнений для развития гибкости			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 ОК 08
	Раздел 1. Легкая атлетика			4			
Тема 1.3. Эстафетный бег	4	Практические занятия			4		
		53	Совершенствование техники низкого старта. Эстафетный бег 4x100 м.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08
		54	Совершенствование техники низкого старта. Эстафетный бег 4x100 м.			2	
4 курс, 7 семестр: объем ОП – 26 часов, из них: лекции, уроки – 0 часа, ПЗ – 26 часов							
	Раздел 5. Гимнастика			4			
Тема 5.2. Комплексы профессионально-прикладных гимнастических упражнений	4	Практические занятия			4		
		55	Совершенствование техники упражнений для развития гибкости			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 ОК 08
		56	Совершенствование техники упражнений для развития гибкости			2	
	Раздел 1. Легкая атлетика			8			
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	2	Практические занятия			2		
		57	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Контрольный тест.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	6	Практические занятия			6		
		58	Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08
		59	Совершенствование техники финиширования. Равномерный бег 2000 м.			2	
		60	Техника бега на дистанции 3000 м. Контрольный тест 3000 м.			2	

	<i>Раздел 3. Баскетбол</i>			8			
Тема 2.1 Техника перемещений, стоек. Правила игры	4	Практические занятия			4		
		61 Правила игры. Учебная игра.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины
		62 Правила игры. Учебная игра.			2		
Тема 2.4 Простые тактические комбинации	4	Практические занятия			2		
		63 Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Баскетбольные мячи, корзины
		664 Совершенствование простых тактических комбинаций в парах, тройках.			2		
	<i>Раздел 5. Гимнастика</i>			6			
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	6	Практические занятия			2		
		65 Совершенствование техники упражнений со свободными весами: гилями, гантелями, штангами.			2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 ОК 08	Тренажеры Гантели, штанги
		66 Совершенствование техники упражнений на блочных тренажерах для развития основных мышечных групп.			2		
		67 Совершенствование техники упражнений со свободными весами: гилями, гантелями, штангами.			2		
<i>4 курс, 8 семестр: объем ОП – 26 часов, из них: лекции, уроки – 0 часа, ПЗ – 26 часов</i>							
	<i>Раздел 4. Лыжная подготовка</i>			6			
4.1 Тактика передвижения на лыжах	6	Практические занятия			6		
		68 Преодоление подъемов и препятствий.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Лыжный инвентарь
		69 Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований.			2		
		70 Прохождение дистанции 3 км (девушки), 5 км (юноши).			2		
	<i>Раздел 3. Волейбол</i>			6			
Тема 3.2 Прием и передачи мяча	4	Практические занятия			4		
		71 Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками снизу.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Волейбольные мячи, сетка
		72 Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками снизу.			2		
Тема 3.6 Тактика защиты	2	Практические занятия			2		
		73 Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в защите.			2	У1, У2, 32, 34 ОК 08	Волейбольные мячи, сетка

	<i>Раздел 5. Гимнастика</i>			4			
Тема 5.1. Комплексы вольных общеразвивающих упражнений	4	Практические занятия		4			
		74	Совершенствование техники упражнений на блочных тренажерах для развития основных мышечных групп.	2	У1, У2, У3 31, 32, 33, 34 OK 08	Тренажеры Гантели, штанги	ОИ 1 С. 89-120 ОИ 2 ДИ 1, ДИ 2
		75	Совершенствование техники упражнений со свободными весами: гилями, гантелями, штангами.	2			
	<i>Раздел 2. Легкая атлетика</i>			10			
Тема 1.4. Бег на средние дистанции	6	Практические занятия		6			
		76	Совершенствование техники стартового разбега. Переменный бег 400 м.	2	У1, У2, 32, 34 OK 08	Секундомер	ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2 ДИ 2
		77	Совершенствование техники финиширования. Повторный бег 800 м.	2			
		78	Техника бега на дистанции 400 м. Контрольный тест 800м.	2			
Тема 1.3. Эстафетный бег	4	Практические занятия		4	У1, У2, 32, 34 OK 08	Секундомер	ОИ 1 С. 68-88 ОИ 2
		79	Совершенствование техники стартового разбега. Эстафетный бег 4x100 м.	2			
		80	Совершенствование техники финиширования. Эстафетный бег 4x400 м.	2			
		<i>Всего</i>		160			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура требует наличия спортивного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных раздевалок.

Спортивный зал, оснащенный оборудованием:

стенка гимнастическая; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь гимнастический и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, мячи для мини-футбола.

Для занятий лыжным спортом:

лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря теплыми раздевалками;

учебно-тренировочные лыжи и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности;

лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).

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;

- комплект учебно-методической документации.

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, 2024. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. // ЭБС «Znanium». - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2156464> (дата обращения: 28.05.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

2. Лях, В. И. Физическая культура. Базовый уровень: учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования / В. И. Лях. — Москва: Просвещение, 2024. — 287, [1] с.: ил. — (Учебник СПО). — ISBN 978-5-09-114122-1. // ЭБС «Znanium». - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2157194> (дата обращения: 28.05.2025). – Режим доступа: для авторизир. 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, 2024. – 351 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-16-015639-2. // ЭБС «Znanium» – URL:

<https://znanium.com/catalog/product/2142959>(дата обращения: 28.05.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

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, 2023. — 158 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-016985-9 // ЭБС «Znanium». - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1934005> (дата обращения: 28.05.2025). - Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

3. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. – Москва: ИНФРА-М, 2024. – 201 с. – (Высшее образование: Бакалавриат). – DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. – ISBN 978-5-16-015719-1. // ЭБС «Znanium» – URL: <https://znanium.com/catalog/product/2098104> (дата обращения: 28.05.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

Интернет-ресурсы:

1. Департамент молодежной политики и спорта Кемеровской области. – URL: <http://www.dmps-kuzbass.ru/> (дата обращения: 28.05.2025).

2. Министерство спорта Российской Федерации. – URL.: <http://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 28.05.2025).

3. Управление культуры, спорта и молодежной политики Администрации города Кемерово. – URL.: <http://www.kultsport42.ru/> (дата обращения: 28.05.2025).

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: 28.05.2025).

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 обучающимся индивидуальных заданий

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
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	Формы контроля обучения: - оценка подготовленных обучающимся фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.
уметь: У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У2 - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	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. Легкая атлетика

УЗ - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.	<p>1. Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): бега на короткие, средние, длинные дистанции;</p> <p>2. Прыжков в длину;</p> <p>Спортивные игры</p> <p>1. Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование)</p> <p>2. Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм.</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>
---	---

Целевые ориентиры воспитания ОПОП СПО (дескрипторы)	Коды ОК из ФГОС СПО)	Критерии оценки целевых ориентиров воспитания обучающихся
ЦО 1 Осознанно выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.	ОК 06	– описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе;
ЦО 2 Сознающий своё единство с народом России как источником власти и субъектом тысячелетней российской государственности, с Российским государством, ответственность за его развитие в настоящем и будущем на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания	ОК 06	– описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация осознание своего единства с народом России как источником власти и субъектом тысячелетней российской государственности, с Российским государством, ответственности за его развитие в настоящем и будущем на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания;
ЦО 3 Проявляющий гражданско-патриотическую позицию, готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать	ОК 06	– описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация проявления гражданско-патриотической позиции, готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство

суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду.		народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду;
ЦО 4 Ориентированный на активное гражданское участие в социально-политических процессах на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация активного гражданского участия в социально-политических процессах на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан;
ЦО 5 Осознанно и деятельно выражающий неприятие любой дискриминации по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения;
ЦО 6 Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольческом движении, предпринимательской деятельности, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация опыта гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольческом движении, предпринимательской деятельности, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах;
ЦО 7 Осознающий свою национальную, этническую принадлежность, демонстрирующий приверженность к родной культуре, любовь к своему народу.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация осознания своей национальной, этнической принадлежности, демонстрирующий приверженность к родной культуре, любовь к своему народу;
ЦО 8 Сознающий причастность к многонациональному народу Российской Федерации, Отечеству, общероссийскую идентичность.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация осознание причастности к многонациональному народу Российской Федерации, Отечеству, общероссийской идентичности;
ЦО 9 Проявляющий деятельное ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, их традициям, праздникам.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – проявление деятельное ценностного отношения к историческому и культурному наследию своего и других народов России, их традициям, праздникам;
ЦО 10 Проявляющий уважение к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающий их права, защиту их интересов в сохранении общероссийской идентичности.	ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения;

		<ul style="list-style-type: none"> – проявление уважения к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающим их права, защиту их интересов в сохранении общероссийской идентичности;
ЦО 11 Проявляющий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учётом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – проявление приверженности традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учётом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения;
ЦО 12 Проявляющий уважение к жизни и достоинству каждого человека, свободе мировоззренческого выбора и самоопределения, к представителям различных этнических групп, традиционных религий народов России, их национальному достоинству и религиозным чувствам с учётом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – проявление уважения к жизни и достоинству каждого человека, свободе мировоззренческого выбора и самоопределения, к представителям различных этнических групп, традиционных религий народов России, их национальному достоинству и религиозным чувствам с учётом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан;
ЦО 13 Понимающий и деятельно выражающий понимание ценности межнационального, межрелигиозного согласия, способный вести диалог с людьми разных национальностей и вероисповеданий, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация понимания ценности межнационального, межрелигиозного согласия, способный вести диалог с людьми разных национальностей и вероисповеданий, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
ЦО 14 Ориентированный на создание устойчивой семьи на основе российских традиционных семейных ценностей, рождение и воспитание детей и принятие родительской ответственности	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – ориентированный на создание устойчивой семьи на основе российских традиционных семейных ценностей, рождение и воспитание детей и принятие родительской ответственности;
ЦО 15 Обладающий сформированными представлениями о ценности и значении в отечественной и мировой культуре языков и литературы народов России	ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация сформированности представлений о ценности и значении в отечественной и мировой культуре языков и литературы народов России;
ЦО 16 Выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, российского и мирового художественного наследия	ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке; – проявлять толерантность в рабочем коллективе; – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения;

		<ul style="list-style-type: none"> – выagaraющий понимание ценности отечественного и мирового искусства, российского и мирового художественного наследия;
ЦО 17 Проявляющий восприимчивость к разным видам искусства, понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей, умеющий критически оценивать это влияние	ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация восприимчивости к разным видам искусства, понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей, умеющий критически оценивать это влияние;
ЦО 18 Проявляющий понимание художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве	ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; – описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – демонстрация понимания художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве;
ЦО 19 Ориентированный на осознанное творческое самовыражение, реализацию творческих способностей, на эстетическое обустройство собственного быта, профессиональной среды	ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе описывать значимость своей профессии; – применять стандарты антикоррупционного поведения; – осознанное творческое самовыражение, реализацию творческих способностей, на эстетическое обустройство собственного быта, профессиональной среды;
ЦО 20 Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – демонстрация понимания ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей;
ЦО 21 Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – соблюдение правил личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде;

ЦО 22 Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здравное питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – демонстрация понимания ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей;
ЦО 23 Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их в еда для физического и психического здоровья	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – проявление сознательного и обоснованного неприятия вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их в еда для физического и психического здоровья;
ЦО 24 Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – демонстрация навыков рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей;
ЦО 25 Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; – демонстрация и развитие своей физической подготовки, необходимой для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ЦО 26 Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии;

<p>ЦО 27 Понимающий профессиональные идеалы и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны</p>	<p>ОК 01 ОК 03 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; – презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; – оформлять бизнес-план; – рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; – определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; – презентовать бизнес-идею; – определять источники финансирования; – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – демонстрация понимания профессиональных идеалов и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны
<p>ЦО 28 Участвующий в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в</p>	<p>ОК 01 ОК 03 ОК 04 ОК 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;

своей местности		<ul style="list-style-type: none"> – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; – презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; – оформлять бизнес-план; – рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; – определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; – презентовать бизнес-идею; – определять источники финансирования; – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; – участие в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности
ЦО 29 Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности	ОК 01 ОК 03 ОК 04 ОК 09	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план;

		<ul style="list-style-type: none"> – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; – презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; – оформлять бизнес-план; – рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; – определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; – презентовать бизнес-идею; – определять источники финансирования; – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности – выражение осознанной готовности к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности
ЦО 30 Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества	OK 01 OK 03 OK 09	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;

		<ul style="list-style-type: none"> – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – понимание специфики профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества;
ЦО 31 Ориентированный на осознанное освоение выбранной сферы профессиональной деятельности с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, государства и общества	ОК 01 ОК 03 ОК04 ОК 09	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; – презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; – оформлять бизнес-план; – рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; – определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; – презентовать бизнес-идею; – определять источники финансирования; – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);

		<ul style="list-style-type: none"> – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; – ориентированность на осознанное освоение выбранной сферы профессиональной деятельности с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, государства и общества;
ЦО 32 Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе	ОК 01 ОК 03 ОК 09	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); – определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; – презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; – оформлять бизнес-план; – рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; – определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; – презентовать бизнес-идею; – определять источники финансирования; – понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; – строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы; – демонстрация сформированности представлений о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному

		сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе;
ЦО 33 Демонстрирующий в поведении сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, ответственность за действия в природной среде	ОК 07	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать нормы экологической безопасности; – определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; – организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона; – демонстрация в поведении сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, ответственность за действия в природной среде;
ЦО 34 Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, содействующий сохранению и защите окружающей среды	ОК 07	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать нормы экологической безопасности; – определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; – организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона; – выражение деятельного неприятия действий, приносящих вред природе, содействующий сохранению и защите окружающей среды
ЦО 35 Применяющий знания из общеобразовательных и профессиональных дисциплин для разумного, бережливого производства и природопользования, ресурсосбережения в быту, в профессиональной среде, общественном пространстве	ОК 07	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать нормы экологической безопасности; – определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; – организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона; – применение знаний из общеобразовательных и профессиональных дисциплин для разумного, бережливого производства и природопользования, ресурсосбережения в быту, в профессиональной среде, общественном пространстве;
ЦО 36 Имеющий и развивающий опыт экологически направленной, придоохранной, ресурсосберегающей деятельности, в том числе в рамках выбранной специальности, способствующий его приобретению людьми	ОК 07	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать нормы экологической безопасности; – определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; – организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона; – демонстрация имеющегося и развивающегося опыта экологически направленной, придоохранной, ресурсосберегающей деятельности, в том числе в рамках выбранной специальности, способствующий его приобретению людьми;4
ЦО 37 Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с	ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска;

учётом своих интересов, способностей, достижений, выбранного направления профессионального образования и подготовки		<ul style="list-style-type: none"> – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – демонстрация деятельно выражающие познавательные интересы в разных предметных областях с учётом своих интересов, способностей, достижений, выбранного направления профессионального образования и подготовки
<p>ЦО 38 Обладающий представлением о современной научной картине мира, достижениях науки и техники, аргументированно выражающий понимание значения науки и технологий для развития российского общества и обеспечения его безопасности</p>	ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – демонстрация представлений о современной научной картине мира, достижениях науки и техники, аргументированно выражающий понимание значения науки и технологий для развития российского общества и обеспечения его безопасности;
<p>ЦО 39 Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверности научной информации, в том числе в сфере профессиональной деятельности</p>	ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – демонстрация навыков критического мышления, определения достоверности научной информации, в том числе в сфере профессиональной деятельности;
<p>ЦО 40 Умеющий выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам</p>	ОК 01 ОК 02 ОК 04	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи;

		<ul style="list-style-type: none"> – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – определять необходимые ресурсы; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; – оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; – демонстрация умения выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ЦО 41 Использующий современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – демонстрация использования современных средств поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ЦО 42 Развивающий и применяющий навыки наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмыслиения опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской и	ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска;

профессиональной деятельности		<ul style="list-style-type: none"> – оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; – демонстрация развития и применения навыков наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмыслиния опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской и профессиональной деятельности;
-------------------------------	--	---