

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

**государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Сызранский политехнический колледж»**

УТВЕРЖДЕНО

Приказ директора
ГБПОУ «СПК»
от 20.02.2024 № 28-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

**общеобразовательный учебный цикл
основной образовательной программы**

**15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной
сварки (наплавки))**

технологический профиль

Сызрань, 2024

РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ

Цикловой комиссии
Общих гуманитарных и социально-
экономических дисциплин
Протокол заседания цикловой комиссии

от 15.02.2024 № 5

Председатель ЦК Ситникова Е.В.

ОДОБРЕНО

Методистом Мустафиной Е.В.
Экспертное заключение технической
экспертизы рабочих программ ООП по
профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и
частично механизированной сварки
(наплавки)

от 16.02.2024

Разработчик:

Топырик А.В., преподаватель физической культуры ГБПОУ «СПК»

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413, а также с учётом требований ФГОС СПО по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки), утвержденного приказом Министерства просвещения РФ от 15 ноября 2023 г. № 863.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	13
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	14
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	24
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	27
Приложение 1	28
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО	28
Приложение 2	29
Преимственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО	29

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета ОУП.12 Физическая культура разработана на основе:

- федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО);
- примерной основной образовательной программы среднего общего образования (далее – ПООП СОО);
- федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки));
- примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины Физическая культура по технологическому профилю (для профессиональных образовательных организаций);
- учебного плана по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки));
- рабочей программы воспитания по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).

Программа учебного предмета ОУП.12 Физическая культура разработана в соответствии с Концепцией преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования, утвержденной распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 30.04.2021 № Р-98, на основании письма Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2021 № 05-1136 «О направлении методик преподавания».

Содержание рабочей программы по предмету ОУП.12 Физическая культура разработано на основе:

- синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК, ПК) с учетом профильной направленности профессии/ специальности;
- интеграции и преемственности содержания по предмету ОУП.12 Физическая культура и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет ОУП.12 Физическая культура изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по профессии 15.01.05

Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета ОУП.12 Физическая культура по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки) отводится 78 часов в соответствии с учебным планом профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).

В программе теоретические сведения дополняются лабораторными и практическими занятиями в соответствии с учебным планом по профессии.

Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках предмета ОУП.12 Физическая культура.

Контроль качества освоения предмета ОУП.12 Физическая культура проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет, как традиционными, так и инновационными методами, включая компьютерное тестирование. Результаты контроля учитываются при подведении итогов по предмету.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета по итогам изучения предмета.

1.2. Цели и задачи учебного предмета

Реализация программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

– освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (далее – ЛР), метапредметные (далее – МР), предметные базового уровня (далее – ПР б),

– подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).

В соответствии с ПООП СОО содержание программы направлено на достижение следующих задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому физическому развитию, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

- овладение основами разнообразных жизненно важных движений;

- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья; работоспособность и развитие двигательных способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, о применяемых в них снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений; содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия (далее – УУД), включая формирование компетенций в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Формирование УУД ориентировано на профессиональное самоопределение обучающихся, развитие базовых управленческих умений по планированию и проектированию своего профессионального будущего.

1.3. Общая характеристика учебного предмета

Предмет ОУП.12 Физическая культура изучается на базовом уровне. Предмет ОУП.12 Физическая культура имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплинами социально-гуманитарного цикла: СГ.04 Физическая культура, а также междисциплинарными курсами (далее - МДК) профессионального цикла: МДК 01.01 Основы технологии сварки и сварочное оборудование, МДК 01.02 Технология производства сварных конструкций, МДК 01.03 Подготовительные и сборочные операции перед сваркой, МДК 01.04 Контроль качества сварных соединений, МДК 02.01 Техника и технология ручной дуговой сварки (наплавки, резки) покрытыми электродами, МДК.03.01 Техника и технология ручной дуговой сварки (наплавки) неплавящимся электродом в защитном газе и профессиональными модулями (далее – ПМ): ПМ.01 Выполнение подготовительных сборочных операций перед сваркой и контроль сварных соединений, ПМ.02 Выполнение ручной дуговой сварки (наплавка, резка) плавящимся покрытым электродом, ПМ.03 Выполнение ручной дуговой сварки (наплавки) неплавящимся электродом в защитном газе.

Предмет ОУП.12 Физическая культура имеет междисциплинарную связь с учебной дисциплиной «Общие компетенции профессионала» общепрофессионального цикла в части развития математической, финансовой, читательской, естественно-научной грамотности, а также формирования общих компетенций в сфере работы с информацией, самоорганизации и самоуправления, коммуникации.

Содержание предмета направлено на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО.

В профильную составляющую по предмету входит профессионально ориентированное содержание, необходимое для формирования у обучающихся общих и профессиональных компетенций.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета ОУП.12 Физическая культура особое внимание уделяется формированию у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Освоение учебного предмета направлено на приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;

В программе по предмету ОУП.12 Физическая культура, реализуемой при подготовке обучающихся по профессии, профильно-ориентированное содержание находит отражение в темах

Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.

1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: ЛР, МР, ПР б:

Коды	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
Личностные результаты (ЛР)	
ЛР 01	– российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
ЛР 02	– гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
ЛР 03	– готовность к служению Отечеству, его защите;
ЛР 04	– сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
ЛР 05	– сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с

	общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
ЛР 06	– толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям; (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.06.2017 N 613)
ЛР 07	– навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
ЛР 08	– нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
ЛР 09	– готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
ЛР 10	– эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
ЛР 11	– принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
ЛР 12	– бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
ЛР 13	– осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
ЛР 14	сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
ЛР 15	ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.
Метапредметные результаты (МР)	
МР 01	– умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
МР 02	– владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
МР 03	– готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645)
Предметные результаты базовый уровень (ПРб)	

ПРб 01	– умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645)
ПРб 02	– владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ПРб 03	– владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
ПРб 04	– владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
ПРб 05	– владение техническими приемами, двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой, соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия, включая формирование компетенций обучающихся в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Виды универсальных учебных действий ФГОС СОО	Коды ОК	Наименование ОК (в соответствии с ФГОС СПО по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса)	ОК 01 ОК 02 ОК 03	ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам. ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.
Коммуникативные универсальные	ОК 04	ОК 04. Эффективно

<p>учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных, профессиональных задач)</p>	<p>ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08</p>	<p>взаимодействовать и работать в коллективе и команде.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>
<p>Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование, руководство, контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории)</p>	<p>ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 07 ОК 08</p>	<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p> <p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению</p>

		<p>окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>
--	--	---

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета ОУП.12 Физическая культура закладывается основа для формирования ПК в рамках реализации ООП СПО по профессии 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).
Наименование ВПД: Выполнение подготовительных сборочных операций перед сваркой и контроль сварных соединений	
ПК 1.1.	Проводить сборочные операции перед сваркой с использованием конструкторской, производственно-технологической и нормативной документации
ПК 1.2.	Выбирать пространственное положение сварного шва для сварки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей)
ПК 1.3.	Применять сборочные приспособления для сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку
ПК 1.4.	Проводить подготовку элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку, зачистку сварных швов и удаление поверхностных дефектов после сварки с использованием ручного и механизированного инструмента
ПК 1.5.	Проводить контроль собранных элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) на соответствие геометрических размеров требованиям конструкторской и производственно-технологической документации по сварке.
Наименование ВПД: Выполнение ручной дуговой сварки (наплавка, резка) плавящимся покрытым электродом	
ПК 2.1.	Проверять работоспособность и исправность сварочного оборудования для ручной дуговой сварки (наплавка, резка) плавящимся покрытым электродом
ПК 2.2.	Настраивать сварочное оборудование для ручной дуговой сварки (наплавки, резки) плавящимся покрытым электродом
ПК 2.3.	Выполнять предварительный, сопутствующий (межслойный) подогрев металла в соответствии с требованиями производственно-технологической документации по сварке
ПК 2.4.	Выполнять ручную дуговую сварку (наплавку, резку) плавящимся покрытым электродом простых деталей неотчетливых конструкций в нижнем, вертикальном и горизонтальном пространственном положении сварного шва
ПК 2.5.	Выполнять дуговую резку металла

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).
Наименование ВПД: Выполнение ручной дуговой сварки (наплавки) неплавящимся электродом в защитном газе	
ПК 3.1.	Проверять работоспособность и исправность оборудования для ручной дуговой сварки (наплавки) неплавящимся электродом в защитном газе
ПК 3.2.	Настраивать сварочное оборудование для ручной дуговой сварки (наплавки) неплавящимся электродом в защитном газе.
ПК 3.3.	Выполнять предварительный, сопутствующий (межслойный) подогрев металла в соответствии с требованиями производственно-технологической документации по сварке
ПК 3.4.	Выполнять ручную дуговую сварку (наплавку) неплавящимся электродом в защитном газе простых деталей неотчетливых конструкций в нижнем, вертикальном и горизонтальном пространственном положении сварного шва

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	78
Основное содержание	78
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
лабораторные работы/практические занятия	74
Профессионально ориентированное содержание	10
в т. ч.:	
теоретическое обучение	не предусмотрено
практические занятия	10
Промежуточная аттестация	дифференцированный зачет

3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
Раздел 1	Легкая атлетика	10			
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и развитии личности	Содержание учебного материала 1. Организация физической культуры в Колледже, специфика и социальная значимость физической культуры, инструктаж по технике безопасности 2. Социальная значимость физической культуры	2	ПРб 01, ЛР 02, ЛР 13, МР 02, МР 03	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	не предусмотрено			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 1.2. Разновидности бега, прыжков, нормативы общей физической подготовки (ОФП)	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Разновидности бега, прыжков 2. Нормативы по ОФП	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 1.3. Бег на короткие дистанции, развитие быстроты	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Техника бега на короткие дистанции, разновидности бега. 2. Повторный бег на отрезках 2x100м, прыжки с заданием.	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 1.4. Контрольный норматив на дистанции 100м, техника прыжков в высоту	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Специальные упражнения бегуна, техника прыжков в высоту 2. Бег 100м на время	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 1.5. Эстафетный бег	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Правила эстафетного бега, прием и передача эстафеты 2. Эстафеты 4x100м, 4x200м	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Раздел 2	Настольный теннис	10			
Тема 2.1. Правила проведения игр по н/теннису, участие в играх	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Инструктаж по технике безопасности, правила игры, установка оборудования 2. Игры по упрощенным правилам	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 2.2. Развитие гибкости, способы передвижения и владения мячом	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10,	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Комплекс упражнений на гибкость, подача и прием мяча	2			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	2. Игры по упрощенным правилам		ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 2.3. Развитие силы, технические приемы в защите и нападении	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Комплекс упражнений на развитие силы 2. Игры по круговой системе, в подгруппах				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 2.4. Развитие координации, технические действия защиты, нападения	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Комплекс упражнений и заданий на скакалке 2. Игры по круговой системе, в подгруппах				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 2.5. Нормативы по ОФП	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Нормативы по ОФП				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Раздел 3	Баскетбол	14			
Тема 3.1. Способы передвижения и владения мячом в баскетболе	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10,	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Инструктаж по технике безопасности, ведение , передача мяча, бросок в кольцо				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	2. Правила игры, ведение , передача мяча, бросок в кольцо		ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 3.2. Развитие скоростно-силовых качеств, игры по упрощенным правилам	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05,ЛР 06, ЛР 07,ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1 Комплекс прыжковых упражнений 2 Стритбол, игра на 2 кольца без ведения				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено				
Тема 3.3. Развитие быстроты, технические приемы защиты и нападения	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05,ЛР 06, ЛР 07,ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Технические приемы в защите, игры по схеме: 1x1, 1x2 2. Технические приемы в нападении, игры по схеме: 3x3, 5x5				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено				
Тема 3.4. Контрольные нормативы по специальной подготовке	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05,ЛР 06, ЛР 07,ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1 Нормативы по специальной подготовке 2 Игры по упрощенным правилам				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено				
Тема 3.5. Тактические действия в защите	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05,ЛР 06, ЛР 07,ЛР 08, ЛР	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Индивидуальные действия в защите				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	2. Командные действия в защите		10, ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 3.6. Развитие координации, тактические действия в нападении	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Индивидуальные, командные действия в нападении 2. Двусторонняя игра				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 3.7. Контрольные задания	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Комплекс упражнений на развитие силы 2. Двусторонняя игра				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Раздел 4.	Волейбол	30			
Тема 4.1. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Основы здорового образа жизни 2. Физическая культура в обеспечении здоровья				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.2. Способы передвижения и владения мячом в волейболе	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	4			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	1. Инструктаж по технике безопасности, беговые задания 2. Правила игры, верхняя, нижняя передача мяча 3. Беговые задания, верхняя, нижняя передача мяча 4. Прыжки, верхняя, нижняя передача мяча		10, ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.3. Развитие скоростно-силовых качеств, игровые задания	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	2			
	1. Прыжки, передвижения, задания с мячом 2. Линейные эстафеты с элементами волейбола				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.4. Развитие координации, технические приемы защиты и нападения	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	4			
	1. Упражнения на скакалке, игровые задания 2. Подача, прием мяча, игровые задания 3. Подача, прием мяча, игра по упрощенным правилам 4. Нападающий удар, блокировка мяча, игра по упрощенным правилам				
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.5. Развитие прыгучести, игры	Содержание учебного материала Развитие прыгучести, игры по	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05,	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
по упрощенным правилам	упрощенным правилам		ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Комплекс упражнений на развитие прыгучести 2. Игры по упрощенным правилам	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.6. Контрольные нормативы по специальной подготовке	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Нормативы по специальной подготовке 2. Двусторонняя игра	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.7. Тактические действия в защите, развитие гибкости	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Комплекс упражнений на развитие гибкости 2. Прием, передача мяча, блокировка, игровые задания 3. Комплекс упражнений на развитие гибкости 4. Взаимодействие игроков 1ой линии, игровые задания	4			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.8. Тактические действия в	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06,	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	4			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
нападении, развитие координации	1. Беговые задания, подача мяча, нападающий удар 2. Взаимодействие игроков 2ой линии, игровые задания 3. Прыжки на скакалке с заданием, судейство игр 4. Взаимодействие игроков 2ой линии, игровые задания		ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.9. Контрольные нормативы по ОФП, двусторонняя игра	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Нормативы по ОФП 2. Двухсторонняя игра, судейство	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.10. Развитие силы, двусторонняя игра	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Комплекс упражнений на развитие силы 2. Двусторонняя игра, судейство и ведение счета	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 4.11. Игры по волейболу в условиях соревнования	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11,	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Организация соревнования, вопросы по теме "Волейбол" 2. Соревнование, судейство игр и ведение	2			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	счета		МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Раздел 5	Гимнастика	6			
Тема 5.1. Техника упражнений на развитие гибкости	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Комплекс упражнений на гибкость 2. Норматив на развитие гибкости	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 5.2. Техника упражнений на развитие силы	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Подбор упражнений на развитие силы 2. Комплекс упражнений на развитие силы	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 5.3. Контрольные нормативы по силовой подготовке	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Организация соревнования, вопросы по теме "Волейбол" 2. Соревнование, судейство игр и ведение счета	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Раздел 6	Кроссовая подготовка	8			
Тема 6.1. Развитие выносливости, бег на длинные	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия	4			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
дистанции	1. Техника дыхания и распределения сил в беге на длинные дистанции. 2. "Бег: девушки - 800м, 1200м, юноши – 1200м, 1800м" 3. Равномерный бег 1000 метров 4. Бег: юноши 3000м, девушки 2000м без учета времени		11, МР 01, МР 02		
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 6.2. Контрольный норматив на дистанции 2000, 3000 метров	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Специальные упражнения бегуна 2. Бег: юноши – 3000м, девушки - 2000м на время	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Тема 6.3. Дифференцированный зачет	Содержание учебного материала	не предусмотрено	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02	ОК 01-08	ЛРВР 04, ЛРВР 05
	Лабораторные работы	не предусмотрено			
	Практические занятия 1. Нормативы по ОФП	2			
	Контрольные работы	не предусмотрено			
	Самостоятельная работа обучающихся	не предусмотрено			
Всего:		78			

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы предмета требует наличие спортивного комплекса: спортивный зал, оборудованные раздевалки, душевые.

Оборудование спортивного зала:

- баскетбольные щиты, кольца, сетки
- волейбольные стойки, сетка
- теннисные столы
- гимнастические стенки
- гимнастические скамейки
- гимнастические перекладины

Технические средства обучения:

- музыкальный центр
- видеопроектор
- персональный компьютер
- экран
- фотоаппарат
- принтер

Спортивный инвентарь:

- секундомер
- рулетка
- волейбольные мячи
- баскетбольные мячи
- скакалки
- теннисные сетки, ракетки и мячи
- гимнастические коврики
- лыжи, лыжные ботинки и палки,

Информационное обеспечение обучения

1. Информационный портал. (Режим доступа): URL: <http://www.gto.ru/>
2. Информационный портал. (Режим доступа): URL: <http://www.volley.ru/>
3. Информационный портал. (Режим доступа): URL: <http://www.rusathletics.com/>
4. Информационный портал. (Режим доступа): URL: http://files.lib.sfu-kras.ru/ebibl/umkd/280/u_practice.pdf
5. Информационный портал. (Режим доступа): URL: https://video-uroki-online.com/sport/nastolnyu_tennis/
6. Информационный портал. (Режим доступа): URL: <https://mirznanii.com/a/224330/tekhnika-igry-v-basketbol>
7. Информационный портал. (Режим доступа): URL: <http://www.fizkultura-vsem.ru/>

8. Информационный портал. (Режим доступа): URL:
<http://www.ukzdor.ru/fizkult.html>

Основные источники

Для преподавателей

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
2. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2017. - 352 с.
3. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. - 304 с.
4. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник / А.А. Бишаева. - М.: Академия, 2018. - 224 с.
5. Виленский, М.Я. Физическая культура (спо) / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КноРус, 2018. - 256 с.

Для студентов

1. Бишаева, А.А., Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учебное пособие / А.А.Бишаева. — Москва: КноРус, 2021. — 299 с.
2. Гришина, Ю.И. Физическая культура студента: учебное пособие / Ю.И. Гришина. - РнД: Феникс, 2019. - 283 с.
3. Муллер, А.Б. Физическая культура студента: Учебное пособие / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богаченко - М.: Инфра-М, 2018. - 320 с.
4. Федонов, Р.А., Физическая культура: учебник / Р.А. Федонов. — Москва :Русайнс, 2021. — 256 с.
5. Решетников, Н.В. Физическая культура: Учебник / Н.В. Решетников. - М.: Академия, 2018. - 288 с.

Дополнительные источники

Для преподавателей

1. Бишаева, А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров) / А.А. Бишаева. - М.: КноРус, 2017 - 160с.
2. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник / С.Н. Попов. - М.: Academia, 2019. - 96 с.
3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учебное пособие изд 4. Ростов на/Д Феникс 2018- 249с. [Электронный ресурс]

Для студентов

1. Баженова, Н.А. Гимнастика. Строевые упражнения с методикой преподавания: учебное пособие / Н.А. Баженова, Е.О. Седалищева. – Барнаул : АлтГПА, 2017. - 123 с. [Электронный ресурс]
2. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учебное

пособие изд 4. Ростов на/Д Феникс 2018- 249с. [Электронный ресурс] В.И. Лях, А.А. Зданевич 7-е издание М Просвещение 2017 – 237с. 5.

3. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности и жизнедеятельности Изд. центр Академия 2017г. – 272 с.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПР б)	Методы оценки
ПРб 01 умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);	– тестирование (теоретическое), – оценка результатов выполнения практической работы, – экспертное наблюдение выполнения практических работ.
ПРб 02 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	– тестирование (теоретическое), – оценка результатов выполнения практической работы, – экспертное наблюдение выполнения практических работ.
ПРб 03 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.	– оценка результатов выполнения практической работы, – экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях.
ПРб 04 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.	– экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях.
ПРб 05 владение техническими приемами, двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой, соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	– экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях.

Приложение 1

Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование ЛР согласно ФГОС СОО	Наименование МР согласно ФГОС СОО
<p>ПК 1.1. Проводить сборочные операции перед сваркой с использованием конструкторской, производственно-технологической и нормативной документации.</p>	<p>ЛР07 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;</p> <p>ЛР09 готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;</p> <p>ЛР10 эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;</p> <p>ЛР12 ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;</p> <p>ЛР13 осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;.</p>	<p>МР01 умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;</p> <p>МР03 владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и коммуникативной деятельности; умение разрешать проблемы; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;</p> <p>МР04 готовность к самостоятельной познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации;</p>

Приложение 2

Преимственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО (профессионально-ориентированная взаимосвязь общеобразовательного предмета с профессией)

Наименование общепрофессиональных дисциплин с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР	Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР	Наименование предметных результатов ФГОС СОО, имеющих взаимосвязь с ОР ФГОС СПО	Наименование разделов/тем и рабочей программе по предмету
МДК 01.01 Основы технологии сварки и сварочное оборудование	иметь практический опыт: выполнения типовых слесарных операций, применяемых при подготовке деталей перед сваркой; уметь: использовать ручной и механизированный инструмент зачистки сварных швов и удаления поверхностных дефектов после сварки;	ПР602 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой	Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста

		работоспособности;	
	<p>МДК 01.02 Технология производства сварных конструкций иметь практический опыт: выполнения сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку с применением сборочных приспособлений; выполнения сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку на прихватках; уметь: использовать ручной и механизированный инструмент для подготовки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку; выполнять предварительный, сопутствующий (межслойный) подогрев металла в соответствии с требованиями производственно- технологической документации по сварке; применять сборочные приспособления для сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку;</p>	<p>ПР602 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	<p>Средства физической культуры в регуливании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста</p>

<p>МДК 01.03 Подготовительные и сборочные операции перед сваркой</p>	<p>иметь практический опыт: выполнения типовых слесарных операций, применяемых при подготовке деталей перед сваркой; выполнения сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку с применением сборочных приспособлений; выполнения сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку на прихватках; эксплуатации оборудования для сварки; выполнения предварительного, сопутствующего (межслойного) подогрева свариваемых кромок; уметь: использовать ручной и механизированный инструмент для подготовки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку; выполнять предварительный, сопутствующий (межслойный) подогрев металла в соответствии с требованиями производственно-технологической документации по сварке; применять</p>	<p>ПР602 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	<p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста</p>
--	--	---	--

	сборочные приспособления для сборки элементов конструкции (изделий, узлов, деталей) под сварку; подготавливать сварочные материалы к сварке.		
МДК 01.04 Контроль качества сварных соединений	иметь практический опыт: использования измерительного инструмента для контроля геометрических размеров сварного шва; определения причин дефектов сварочных швов и соединений; предупреждения и устранения различных видов дефектов в сварных швах; уметь: пользоваться производственно-технологической и нормативной документацией для выполнения трудовых функций;	ПР602 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;	Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста
	МДК.02.01. Техника и технология ручной дуговой сварки (наплавки,	ПР602 владение современными технологиями укрепления и	Средства физической культуры в регулировании

	<p>резки) покрытыми электродами. иметь практический опыт: выполнения ручной дуговой сварки (наплавки, резки) плавящимся покрытым электродом различных деталей и конструкций; выполнения дуговой резки; Уметь: выполнять сварку различных деталей и конструкций во всех пространственных положениях сварного шва;</p>	<p>сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	<p>работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста</p>
	<p>МДК.05.01. Техника и технология газовой сварки (наплавки) иметь практический опыт: выполнения газовой сварки (наплавки) различных деталей и конструкций; уметь: владеть техникой газовой сварки (наплавки) различных деталей и конструкций во всех пространственных положениях</p>	<p>ПР602 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПР603 владение основными способами самоконтроля индивидуальных</p>	<p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста</p>

	<p>сварного шва; знать: технику и технологию газовой сварки (наплавки) различных деталей и конструкций во всех пространственных положениях сварного шва;</p>	<p>показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР604 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	
--	--	---	--