

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Маланичева Наталья Николаевна
Должность: директор филиала
Дата подписания: 15.11.2024 14:41:20
Уникальный программный ключ:
94732c3d953a82d495dcc3155d5c573883fedd18

Приложение
к ППССЗ по специальности
23.02.08 Строительство железных дорог,
путь и путевое хозяйство

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.04 Физическая культура

для специальности

23.02.08 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство

(квалификация техник)

год начала подготовки 2022

2022

Лист переутверждения рабочей программы на 2023-2024 учебный год
Рабочая программа учебной дисциплины (модуля)
ОГСЭ.04. Физическая культура

Рассмотрена на заседании цикловой комиссии и переутверждена на
2023-2024 учебный год

Председатель цикловой комиссии



Лист актуализации рабочих программ на 2023-2024 учебный год

Актуализируется пункт 3.2.

3.2.1 Основные источники:

1	Конеева Е.В.	Физическая культура : учебное пособие для профессионального среднего образования /— 2-е изд., перераб. и доп.	Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). режим доступа: https://urait.ru/bcode/517442	[Электронный ресурс]
2	Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.	Теория и история физической культуры + е Приложение: дополнительные материалы. (СПО). Учебник.	М.: КноРус, 2022. — 448 с.- режим доступа: https://book.ru/books/943955	[Электронный ресурс]
3	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Физическая культура. (СПО)	М.: КноРус 2022. — 214 с.- режим доступа: https://book.ru/books/943895	

3.2.2 Дополнительные источники:

1	Бегидова Т. П.	Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования — 2-е изд., испр. и доп.	Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — режим доступа: https://urait.ru/bcode/515130	[Электронный ресурс]
2	Муллер А. Б.	Физическая культура : учебник и практикум для СПО	Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — - режим доступа: https://urait.ru/bcode/489849	[Электронный ресурс]
3	Бурякин Ф.Г., Мартынихин В.С.	Лечебная физическая культура и массаж: учебник	Москва: КноРус, 2022. — 280 с. - режим доступа: https://book.ru/books/944640	[Электронный ресурс]

Председатель цикловой комиссии



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура»

1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому учебному циклу дисциплин профессиональной подготовки.

1.2. Цели и задачи учебной дисциплины:

Цели:

-развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

-формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

-овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

-овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

-освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

-приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи:

-сформировать у учащихся роль физической культуры в общекультурном социальном и физическом развитии человека;

-воспитание потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и активными играми и использование их в свободное время;

-воспитание разнообразных жизненно важных двигательных качеств.

1.3 Требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате изучения учебной дисциплины «Физическая культура» обучающийся должен:

уметь:

У1 - составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и специализированной зарядки, с учетом индивидуальных особенностей развития организма;

У2 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

У3 – регулировать физическую нагрузку;

У4 - осуществлять самонаблюдение, самоконтроль за физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения двигательных действий;

знать:

З1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;

З2 - физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

З3 - правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

З4 - психофункциональные особенности собственного организма;

З5 - комплекс упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитием физических качеств;

З6 - способы определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений;

З7 - приемы страховки и способы оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями.

1.4 Компетенции

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

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

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

1.5. Личностные результаты реализации программы воспитания

В результате освоения учебной дисциплины студент должен формировать следующие личностные результаты:

ЛР9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР19 Уважительные отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.

ЛР21 Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.

ЛР22 Приобретение навыков общения и самоуправления.

1.6 Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося — 336 часов, в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося — 168 часов; самостоятельная работа обучающегося — 168 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	336
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	168
в том числе:	
Практические занятия	168
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	168
Промежуточная аттестация в форме в форме зачета (3,5,7 семестр)	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (4,6,8 семестр)	

2.2 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.05 Физическая культура

Наименование разделов тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	
1	2	3	4
3 семестр		64	
Практические занятия		32	
Самостоятельная работа		32	
Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни и т.п.	20	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1 Общая физическая подготовка	Практическое занятие №1 Поднимание туловища из положения лежа. Прием контрольных нормативов.	4	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №2 Спортивно-силовые занятия: прыжковые работы без предметов.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №3 Выпрыгивание вверх с отягощением.	4	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22

Практическое занятие №4 Работа на тренажерах в тренажерном зале. Занятия на плечевой пояс.	4	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №5 Эстафета без предметов.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №6 Работа с весом собственного тела.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №7 Статическая работа на основные мышечные группы.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №8 Формирование навыка правильной осанки за счет упражнений силового характера.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №9 Работа на формирование межмышечной координации с весом собственного тела.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №10 Упражнения на баланс, подтягивание на перекладине хватом снизу	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни и т.п.	2	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
Практическое занятие №11 Создание правильного представления о технике бега.	10	ОК2,ОК3,ОК6,ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22

Тема 2.2 Легкая атлетика	Практическое занятие №11 Создание правильного представления о технике бега.	2	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №12 ОФП. Специальные упражнения. Обучение стартовому разгону.	<u>2</u>	
	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни, великим спортсменам.	<u>4</u>	
	4 семестр	2	
	Практические занятия	80	
	Самостоятельная работа	40	
		40	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.		Практическое занятие №13 ОФП. Бег на выносливость. Бег по пересечённой местности. Практическое занятие №14 Развитие быстроты и прыгучести. Практическое занятие №15 Прыжок в длину способом «согнув ноги» (без обязательного попадания на брусок). Практическое занятие №16 ОФП. Техника выполнения прыжка с разбега в песок. Фаза полёта и приземления. Практическое занятие №17 Приём контрольных нормативов по прыжкам в длину: с места, с разбега. Практическое занятие №18 Обучение технике эстафетного бега.	

		<p>Приём и передача эстафетной палочки.</p> <p>Практическое занятие №19 Бег на короткие дистанции: 100 м. Контрольный урок</p> <p>Практическое занятие №20 Развитие координации движений, подвижности, гибкости.</p> <p>Практическое занятие №21 Ознакомление с основами тактики бега на средние и длинные дистанции.</p> <p>Практическое занятие №22 Бег на длинные дистанции. Дев.-2000 м, юн-3000м.</p> <p>Практическое занятие №23 Правила и организация соревнований по лёгкой атлетике</p> <p>Практическое занятие №24 Техника бега на короткие дистанции</p> <p>Практическое занятие №25 Техника бега на средние дистанции</p> <p>Практическое занятие №26 Техника бега по прямой. Низкий старт.</p> <p>Практическое занятие №27 Обучении техники бега по прямой.</p>	
<p>Тема 2.2 Легкая атлетика</p>	<p>Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам</p>	<p><u>40</u> 4 4 2 2</p>	<p>ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22</p>

		2	
		2	
		4	
		2	
		2	
		2	
		4	
		2	
		4	
		2	
		2	
		40	OK2, OK3, OK6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22

5 семестр		60	
Практические занятия		30	
Самостоятельная работа		30	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.2 Легкая атлетика	Практическое занятие №28 Обучение технике бега по виражу. Обучение технике бега вход в поворот.	<u>22</u> 2	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №29 Прием нормативов. Бег 100 м на время.	2	
	Практическое занятие №30 Обучение низкому старту с бегом по прямой.	2	
	Практическое занятие №31 Выполнение низкого старта с колодок. Прием контрольных нормативов.	2	
	Практическое занятие №32 Обучение метанию гранаты	2	
	Практическое занятие №33 Обучение технике бега на средние дистанции (бег по виражу с выходом на прямую). Бег 200 м на технику	2	
	Практическое занятие №34 Сдача контрольных нормативов по пройденному материалу. Кроссовая подготовка.	2	
	Практическое занятие №35 Бег: старт с опорой на одну руку; низкий старт; бег 30 м со старта.	2	
	Практическое занятие №36 Бег с преодолением низких препятствий (учебные барьеры высотой 30 см).	2	
	Практическое занятие №37 Метания: метания малого мяча с трех шагов разбега	2	
Практическое занятие №38 ОФП. Толкание набивного мяча с места.	2		
	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам	<u>22</u>	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22

Тема 2.3 Спортивные игры	Волейбол	8	
	Практическое занятие №39 Правила игры. Общие правила. Поддача.	2	
	Практическое занятие №40 Действия без мяча. Перемещения и стойки.	2	
	Практическое занятие №41 Ходьба, бег, перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком, вперед, двойной шаг вперед.	2	
	Практическое занятие №42 Действия с мячом. Передачи мяча. Сверху двумя руками, с собственного подбрасывания, с набрасывания партнера, в различных направлениях на месте и после перемещения	2	
	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам	8	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	6 семестр	56	
	Практические занятия	28	
	Самостоятельная работа	28	
Тема 2.3 Спортивные игры	Волейбол	28	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №43 Действия с мячом. Передачи мяча. Передачи в парах.	2	
	Практическое занятие №44 Отбивание мяча через сетку в непосредственной близости от нее.	2	
	Практическое занятие №45 Отбивание мяча подброшенного партнером.	2	
	Практическое занятие №46 Поддача мяча. Нижняя прямая. Поддача в стенку, поддача через сетку из-за лицевой линии, поддача нижняя боковая.	2	
	Практическое занятие №47 Нападающие удары: прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, 1,2,3	2	

	<p>шагов разбега, удар кистью по мячу).</p> <p>Практическое занятие №48 Прием мяча. Прием мяча сверху двумя руками: отскочившего от стены, после броска через сетку, от нижней подачи.</p> <p>Практическое занятие №49 Прием снизу двумя руками: отбивание мяча наброшенного партнером - на месте и после перемещений.</p> <p>Практическое занятие №50 Групповые действия: взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).</p> <p>Практическое занятие №51 Групповые действия: - взаимодействия игроков зон 6,5 и 1 с игроком зоны 3.</p> <p>Практическое занятие №52 Командные действия: прием нижней подачи и первая передача в зону 3.</p> <p>Практическое занятие №53 Прием нижней подачи и вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.</p> <p>Практическое занятие №54 Защита (приём атаки). Атака. Блокирование.</p> <p>Практическое занятие №55 Либеро. Регламент. Нарушения правил. Изменения в правилах. Правила судейства.</p> <p>Практическое занятие №56 Прием контрольных нормативов.</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	
	<p>Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам</p>	<p>28</p>	<p>ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22</p>
4 курс (76 часов= 38(с.р)+38(пр.зан))			
	7 семестр	24	
	Практические занятия	12	

	Самостоятельная работа	12	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.			
Тема 2.3 Спортивные игры	Баскетбол	12	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №57 Броски, ведение мяча, выбивание мяча.	2	
	Практическое занятие №58 Прыжковые упражнения, остановка прыжком, ловля мяча.	2	
	Практическое занятие №59 Ловля и передачи мяча одной - двумя руками.	2	
	Практическое занятие №60 Различные виды ведения мяча. На месте и в движении.	2	
	Практическое занятие №61 Броски в корзину, в движении. Броски с различных точек.	2	
	Практическое занятие №62 Броски в корзину из сложных положений. Борьба за мяч у щита.	2	
	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам, олимпийским чемпионам.	12	
	8 семестр	52	
	Практические занятия	26	
	Самостоятельная работа	26	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.			

Тема 2.3 Спортивные игры	Баскетбол	26	ОК2, ОК3, ОК6
	Практическое занятие №63 Тактика нападения. Атака. Выходы для получения мяча.	4	ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
	Практическое занятие №64 Тактика защиты. Противодействие получению мяча.	4	
	Практическое занятие №65 Прием контрольных нормативов.	2	
	Футбол		
	Практическое занятие №66 Ведение мяча.	2	
	Практическое занятие №67 Жонглирование мячом.	2	
	Практическое занятие №68 Остановки мяча.	2	
	Практическое занятие №69 Передачи мяча.	2	
	Практическое занятие №70 Удары по мячу.	2	
Практическое занятие №71 Обманные движения – финты.	2		
Практическое занятие №72 Упражнения для вратарей.	4		
	Самостоятельная работа Подготовка рефератов, докладов, посвященных физической культуре и спорту, здоровому образу жизни великим спортсменам, олимпийским чемпионам.	26	ОК2, ОК3, ОК6 ЛР9, Л19, ЛР21, ЛР22
<i>Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет</i>		-	
Всего по учебной дисциплине		336	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой - **Кабинет «Социально-экономических дисциплин»** (№2210), 603002, г. Нижний Новгород, ул. Чкалова, д.5а

Оборудование: стул преподавателя – 1 шт., стол преподавателя – 1 шт., стол ученический – 17 шт; стулья ученические – 34 шт., компьютер – 1 шт., принтер - 1 шт., телевизор Panasonic TX-32X29- 1 шт., экран настенный -1 шт., доска классная – 1 шт., встроенный шкаф (4 секции) – 1 шт., встроенный шкаф (1 секция) – 1 шт., карта России – 1 шт.

Учебно-наглядные пособия - комплект презентаций.

Технические средства обучения: проектор переносной, экран (стационарный).

Спортивный зал, г. Н. Новгород, ул. Чкалова, д.5а

Оборудование: щит силовой – 1 шт., баскетбольный щит – 2 шт., рукоход – 1 шт., Спортивный инвентарь: (скакалки, гимнастические маты, сетка волейбольная, сетка баскетбольная, сетка футбольная, сетка для настольного тенниса, коврики для йоги; ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, свисток, конусы спортивные - 25 шт; гимнастическая стенка, мяч набивной 1 кг - 5 шт; мяч набивной 2 кг - 5 шт; секундомер - 5 шт; часы настольные для шахмат - 10 шт; шахматы настольные - 10 шт; шашки настольные - 10 шт; спортивное универсальное электронное табло- 1 шт; мяч волейбольный -1шт.) стол н/т "Спонета" Германия - 3 шт; щит оргстекло 10 мм цельный - 2 шт; кольцо амортизированное -2шт.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий, г. Н. Новгород, Движенцев, д.17

- футбольное поле;
- беговые дорожки;
- яма для прыжков в длину;
- сектор для метания ядра;
- сектор для метания мяча.

3.2. Информационное обеспечение обучения

№ п/п	Авторы и составители	Заглавие	Издательство	Кол-во
Основная литература				
1	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Физическая культура. (СПО)	М.: КноРус 2022. — 214 с.- режим доступа: https://book.ru/books/94389 <u>5</u>	[Электронный ресурс]
2	Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.	Теория и история физической культуры + е Приложение: дополнительные материалы. (СПО). Учебник.	М.: КноРус, 2022. — 448 с.- режим доступа: https://book.ru/books/94395 <u>5</u>	[Электронный ресурс]
Дополнительная литература				
1	Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.	Физическая культура: учебник	М.: КноРус, 2021. — 256 с.- режим доступа: https://book.ru/books/94009 <u>4</u>	[Электронный ресурс]
2	Муллер А. Б. и др.	Физическая культура : учебник и практикум для СПО	Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — режим доступа: https://urait.ru/bcode/48984 <u>9</u>	[Электронный ресурс]
3	Бурякин Ф.Г., Мартынихин В.С.	Лечебная физическая культура и массаж: учебник	Москва: КноРус, 2022. — 280 с. - режим доступа: https://book.ru/books/94464 <u>0</u>	[Электронный ресурс]

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты (освоенные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных	- понимание роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - владение навыками правильного испол-	оценка практического занятия, индивидуальных заданий, зачет с

задач, оценивать их эффективность и качество.	нения физкультурных упражнений;	оценкой
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	- знание содержания и направленности различных систем физических упражнений, понимать их оздоровительную и развивающую эффективность; - навык повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	оценка практического занятия, индивидуальных заданий, зачет с оценкой
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	- умение использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления работы в коллективе и команде, в общении с коллегами; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	оценка практического занятия, индивидуальных заданий, зачет с оценкой

Перечень личностных результатов, осваиваемых в рамках программы воспитания:

ЛР.9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	- соблюдает и пропагандирует правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждает либо преодолевает зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняет психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	Наблюдение
ЛР.19 Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.	- уважительное отношение к результатам собственного и чужого труда	

<p>ЛР.21 Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.</p>	<p>- приобретают в процессе обучения опыт личной ответственности за развитие группы обучающихся</p>	
<p>ЛР.22 Приобретение навыков общения и самоуправления.</p>	<p>- демонстрирую навыки общения и самоуправления при выполнении практических групповых заданий и упражнений</p>	