



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
*государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Самарской области
«Отраденский нефтяной техникум»*

УТВЕРЖДЕНО

Приказ директора
ГБПОУ «ОНТ»
от 31 мая 2022 г. №219/1-о

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП.06 Физическая культура

**общеобразовательного цикла
основной образовательной программы
по профессии**

21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин

***профиль обучения:* технологический**

г.о. Отрадный, 2022

РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ

Цикловой комиссии ОО и ОГСЭЦ

Председатель

_____ Е. А. Клетнева
20.05. 2022г

Составитель: Шемонаева Е.Н., преподаватель ГБПОУ «Отраденский нефтяной техникум»

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, а также с учётом требований ФГОС СПО 21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	11
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	12
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	15
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	18
Приложение 1	19
Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету.....	19
Приложение 2	20
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО	20
Приложение 3	23
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО	23

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «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) 21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин;

примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» технологического профиля (для профессиональных образовательных организаций);

учебного плана по профессии *21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин*;

рабочей программы воспитания по профессии *21.01.01. Оператор нефтяных и газовых скважин*.

Программа учебного предмета «ОУП.06 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.06 Физическая культура» разработано на основе:

синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК, ПК) с учетом профильной направленности профессии;

интеграции и преемственности содержания по предмету «Физическая культура» и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет «ОУП 06. Физическая культура» изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по профессии 21.01.01.

Оператор нефтяных и газовых скважин на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета «Физическая культура» по профессии отводится 257 часов в соответствии с учебным планом по профессии оператор нефтяных и газовых скважин.

Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках предмета «ОУП.06 Физическая культура».

Контроль качества освоения предмета «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.06 Физическая культура» в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

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

подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по профессии 21.01.01. Оператор нефтяных и газовых скважин.

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

- 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);
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

В процессе освоения предмета «ОУП.06 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.06 Физическая культура» изучается на базовом уровне.

Предмет «ОУП.06 Физическая культура» имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплинами общепрофессионального цикла ОУП.04 Математика, ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности, ОУП.09 Информатика, ОУП.10 Физика и общепрофессиональными дисциплинами ОП.05 Безопасность жизнедеятельности, а также междисциплинарными курсами ПМ.01 Ведение технологического процесса при всех способах добычи нефти, газа и газового конденсата, МДК.01.01. Основы технологии добычи нефти и газа; ПМ.02 Выполнение работ по исследованию скважин, МДК.02.01. Техника и технология исследования скважин; ПМ.03 Выполнение работ по поддержанию пластового давления, МДК.03.01. Технология поддержания пластового давления; ПМ.04 Ведение процесса гидроразрыва пласта и гидропескоструйной перфорации, МДК.04.01. Технологии увеличения производительности скважин профессионального цикла.

Предмет «Физическая культура» имеет междисциплинарную связь с учебной дисциплиной «Общие компетенции профессионала» общепрофессионального цикла в части развития математической, финансовой, читательской, 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.06 Физическая культура» особое внимание уделяется 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, предупреждения профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.

В программе по предмету «Физическая культура», реализуемой при подготовке обучающихся по профессиям, профильно-ориентированное содержание находит отражение в темах ...).

1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета ОУП 06. Физическая культура обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРб/у):

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
Личностные результаты (ЛР)	
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 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
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

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
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
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	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	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 04	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
МР 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
МР 09	Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения
Предметные результаты базовый уровень (ПР б/у)	
ПР6 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).
ПР6 02	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.
ПР6 03	Владение основными способами самоконтроля индивидуальных

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
	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 и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

В процессе освоения предмета «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 21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин)
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса)	ОК 4.	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
	ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
Коммуникативные универсальные учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных, профессиональных задач)	ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
	ОК 7.	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)
Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование, руководство, контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории)	ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
	ОК 3.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
	ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета «Физическая культура» закладывается основа для формирования ПК в рамках реализации ООП СПО по профессии оператор нефтяных и газовых скважин.

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по профессии 21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин)
ПМ.01 Ведение технологического процесса при всех способах добычи нефти, газа и газового конденсата	
ПК 1.4	Выполнять монтаж и демонтаж оборудования и механизмов под руководством оператора по добыче нефти и газа более высокой квалификации.
ПМ.02 Выполнение работ по исследованию скважин.	
ПК 2.3	Проводить замеры дебита нефти, газа, определять соотношение газа и нефти в пласте.
ПМ.03 Выполнение работ по поддержанию пластового давления.	
ПК 3.3	Осуществлять регулирование подачи рабочего агента в скважины.
ПМ.04 Ведение процесса гидроразрыва пласта и гидропескоструйной перфорации.	
ПК 4.4	Регулировать подачу жидкости и песка на приемы насоса агрегата.

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	257
Основное содержание	171
в т. ч.:	
теоретическое обучение	-
лабораторные/практические занятия	160
самостоятельная работа обучающегося	86
Профессионально ориентированное содержание	11
в т. ч.:	
теоретическое обучение	-
лабораторные/практические занятия	11
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	

3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУП.06 Физическая культура

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
Введение	Название учебного занятия <i>(название учебного занятия по возможности должны быть краткими)</i> Хххххххх, хххххх, хххххххххх <i>указываются дидактические единицы.....</i>	*			
Раздел 1.	Название раздела	*			
Тема 1.1 Название темы	Содержание учебного материала	*			
	1 Название учебного занятия <i>(название учебного занятия по возможности должны быть краткими)</i> Хххххххх, хххххх, хххххххххх <i>указываются дидактические единицы.....</i>				
	2 Название учебного занятия <i>(название учебного занятия по возможности должны быть краткими)</i> Хххххххх, хххххх, хххххххххх <i>указываются дидактические единицы.....</i>	*			
	3 Название учебного занятия <i>(название учебного занятия по возможности должны быть краткими)</i> Хххххххх, хххххх, хххххххххх <i>указываются дидактические единицы.....</i>	*			

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
	Лабораторные занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)				
	Практические занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)	*			
	Контрольные работы (указываются при наличии по разделу в рамках текущей аттестации)	*			
	Самостоятельная работа обучающихся (указывается при наличии в учебном плане)	*			
Тема 1.2 Название темы	Содержание учебного материала	*			
	1 Название учебного занятия (название учебного занятия по возможности должны быть краткими) Хххххххх, ххххх, хххххххххх указываются дидактические единицы.....				
	2 Название учебного занятия (название учебного занятия по возможности должны быть краткими) Хххххххх, ххххх, хххххххххх указываются дидактические единицы.....	*			
	Лабораторные занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)	*			
	Практические занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)	*			
	Контрольные работы (указываются при наличии по разделу текущей аттестации)	*			

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 (указывается при наличии в учебном плане)	*			
Раздел 2.	Название раздела	*			
Тема 2.1 Название темы	Содержание учебного материала	*			
	1 Название учебного занятия (название учебного занятия по возможности должны быть краткими) Хххххххх, ххххх, хххххххххх указываются дидактические единицы.....				
	Лабораторные занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)	*			
	Практические занятия (Названия должны быть краткими и отражать деятельность)	*			
	Контрольные работы (указываются при наличии по разделу текущей аттестации)	*			
	Самостоятельная работа обучающихся (указывается при наличии в учебном плане)				
Всего:		*			

*Внутри каждого раздела указываются соответствующие темы. По каждой теме описывается содержание учебного материала (в дидактических единицах), наименования необходимых лабораторных работ и практических занятий (отдельно по каждому виду), контрольных работ). Объем часов определяется по каждой позиции в столбце 3 (отмечено звездочкой *).*

Графа «Код образовательного результата ФГОС СОО» должна быть заполнена по каждой теме.

Графа «Код образовательного результата ФГОС СПО» заполняется только по тем темам, которые имеют профессионально-ориентированное содержание. Данная графа заполняется на основе приложения 3.

Общее количество часов по темам, включая количество часов теоретического обучения и лабораторных/практических занятий, должно соответствовать количеству часов по профессионально-ориентированным темам (имеющим коды ОР ФГОС СПО в графе 5).

Графа «Направления воспитательной работы» отражает требования ФГОС СОО (в ред. Приказа Минпросвещения России от 11.12.2020

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебного предмета требует наличия спортивного зала, учебного кабинета, стадиона с беговыми дорожками, ямы для прыжков в длину с разбега, секторами для метания гранаты и толкания ядра.

Реализация программы учебного предмета требует наличия спортивного зала.

Оборудование спортивного зала:

- гимнастические скамейки – 10 шт.
- гимнастические стенки - 10 шт.
- гимнастические маты - 10 шт.
- канаты - 2 шт.
- брусья навесные - 1 шт.
- тренажёры для подтягивания – 4 шт.
- резиновая дорожка с разметкой для прыжков в длину с места – 1 шт.
- тренажёр для подсчёта сгибания и разгибания рук – 1 шт.
- скакалки - 30 шт.
- обручи - 30 шт.
- гимнастические палки - 30 шт.
- мячи баскетбольные - 15 шт.
- мячи волейбольные - 15 шт.
- сетка волейбольная - 1 шт.
- свисток - 1 шт.
- сетки баскетбольные - 6 шт.
- гранаты 500 гр. – 6 шт.
- гранаты 700 гр. – 6 шт.
- ядра 3, 4, 5, 6 кг - 8 шт.
- стол, стул преподавателя - 2 шт.

Дидактические и раздаточные материалы:

- мультимедийные презентации по физической культуре и спорту, библиотечный фонд.

Технические средства обучения:

- ПК, принтер.

Информационное обеспечение обучения

Основные источники

Для преподавателей

1. Аллянов Ю. Н., И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования. Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 493 с.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник - Москва: КноРус, 2018. — 379 с.
3. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
4. Выжгин В.А., Полишкис М.С., Футбол: Учебник для институтов физической культуры — М.: Физкультура, образование и наука, 1999. — 254 с.
5. М.Я. Виленский, А.Г. Горшков Физическая культура: учебник- Москва: КноРус, 2018.
6. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий Физическая культура: учебник Москва: КноРус, 2021. — 256 с

Для студентов

1. М.Я. Виленский, А.Г. Горшков Физическая культура: учебник- Москва: КноРус, 2018.
2. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.
3. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
4. Выжгин В.А., Полишкис М.С., Футбол: Учебник для институтов физической культуры — М.: Физкультура, образование и наука, 1999. — 254 с.

Дополнительные источники

Для преподавателей

1. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 424 с.
2. Бишаева, А.А., Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учебное пособие / А.А. Бишаева. — Москва: КноРус, 2021. — 299 с.
3. Кузнецов, В.С., Физическая культура: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с.
4. Виленский, М.Я., Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2021. — 214 с.

5. Федонов, Р.А., Физическая культура: учебник / Р.А. Федонов. — Москва : Русайнс, 2021. — 256 с.

Для студентов

1. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
2. Собянин Ф. И. Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. М.: Феникс, 2020. 221 с.
3. Чернов И.В., Ревунов Р.В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжёлой атлетики). М.: Лань, 2019. 104 с.

Интернет-ресурсы

1. <http://fizkultura-na5.ru> - сайт учителей физической культуры
2. <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.
3. <http://tpfk.infosport.ru> - Теория и практика физической культуры.
4. <http://www.sportreferats.narod.ru/> - Рефераты на спортивную тематику
5. www.fcior.edu.ru- (Информационные, тренировочные и контрольные материалы).
6. www.school-collection.edu.ru - (Единая коллекции цифровых образовательных ресурсов).
7. www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.
8. window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУП.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПР б/у)	Методы оценки
ПРб/у 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).	<ul style="list-style-type: none"> - подготовка и участие в сдаче норм ГТО - выполнение и защита презентации, - подготовка сообщений - подготовка рефератов
ПРб/у 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	<ul style="list-style-type: none"> - выполнение проекта - выполнение и защита презентации, - подготовка сообщений
ПРб/у 03. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.	<ul style="list-style-type: none"> - выполнение практической работы, - выполнение самостоятельной работы, - устный опрос
ПРб/у 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.	<ul style="list-style-type: none"> - выполнение практической работы, - выполнение самостоятельной работы, - устный опрос - подготовка рефератов
ПРб/у 05. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - устный опрос, - тестирование, - подготовка сообщений - выполнение практической работы

Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету

1. Самоконтроль физической работоспособности в условиях профессиональной деятельности.
2. Научная организация труда в выбранной профессии: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
3. Влияние утомления при физической и умственной работе. Восстановление в профессиональной деятельности.
4. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
5. Средства физической культуры в регулировании работоспособности профессионала.
6. Адаптация человеческого организма к физическим нагрузкам в профессиональной деятельности.
7. Двигательный режим и его значение в профессиональной деятельности специалиста.
8. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплексы утренней гимнастики в режиме дня специалиста.
9. Комплексы физических упражнений профессионально-прикладной направленности с учетом особенностей будущей профессии.
10. Физическая культура и спорт в моей профессиональной деятельности.

Приложение 2

Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).</p>	<p>ЛР4 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;</p> <p>ЛР10 эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;</p>	<p>МР6 умение определять назначение и функции различных социальных институтов;</p>
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.</p> <p>ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные</p>	<p>ЛР5 сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;</p> <p>ЛР9 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>ЛР13 осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных,</p>	<p>МР1 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>МР3 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;</p> <p>МР4 готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности,</p>

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
технологии в профессиональной деятельности.	государственных, общенациональных проблем;	<p>владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p> <p>МР5 умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p> <p>МР7 умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;</p> <p>МР9 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p>
<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p>	<p>ЛР6 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,</p>	<p>МР2 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p> <p>МР5 умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных,</p>

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
	<p>расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;</p> <p>ЛР7 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;</p>	<p>коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p> <p>МР8 владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;</p>

Приложение 3

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

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
<p>ОП.05 Безопасность жизнедеятельности. <u>Уметь:</u> организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией; владеть способами бесконфликтного</p>	<p>ПМ.01 Ведение технологического процесса при всех способах добычи нефти, газа и газового конденсата МДК.01.01. Основы технологии добычи нефти и газа. <u>Должен иметь практический опыт:</u> участия в работе по освоению скважин и выводу их на заданный режим; обеспечения и контроля поддержки режима функционирования скважин при фонтанном, газлифтном и насосном способах добычи нефти и газа; выполнения монтажа и демонтажа оборудования под руководством оператора по добыче нефти и газа более высокой квалификации; проведения технического обслуживания коммуникаций газлифтных скважин под руководством оператора по добыче нефти и газа более высокой квалификации; проведения технического обслуживания насосного оборудования; выполнения профилактических работ по предотвращению</p>	<p>ПРб/у 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p>	<p>Раздел Т</p>

<p>общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим; <u>знать:</u> принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих</p>	<p>гидратообразований, отложений парафина, смол; выполнения текущего ремонта наземного оборудования нагнетательных скважин; контроля работы и устранения мелких неисправностей средств автоматики, телемеханики и контрольно-измерительных приборов; <u>уметь:</u> осуществлять снятие и передачу параметров работы скважин, установок комплексной подготовки газа, групповых замерных установок, дожимных насосных и компрессорных станций, станций подземного хранения газа и другого нефтепромыслового оборудования и установок; выполнять сборку, разборку и ремонт отдельных узлов и механизмов простого нефтегазопромыслового оборудования и арматуры; проводить очистку насосно-компрессорных труб в скважине от парафина и смол механическими и автоматическими скребками и с использованием реагентов, растворителей, горячей нефти и пара; обрабатывать паром высокого давления подземное и наземное оборудование скважин и выкидных линий; выполнять измерения величин различных технологических параметров с помощью контрольно-измерительных приборов; расшифровывать показания приборов контроля и автоматики; контролировать работу средств автоматики и телемеханики; представлять информацию руководителю работ обо всех замеченных</p>		
--	--	--	--

<p>на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО;</p> <p>область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</p> <p>порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p>	<p>неполадках в работе скважин и другого нефтепромыслового оборудования;</p> <p>знать:</p> <p>основы технологии добычи нефти и газа;</p> <p>способы добычи нефти и газа;</p> <p>основы техники и технологии бурения нефтяных и газовых скважин;</p> <p>условия эксплуатации нефтяных и газовых месторождений;</p> <p>устройство, принцип работы установок комплексной подготовки газа, групповых замерных установок, дожимных насосных и компрессорных станций, станций подземного хранения газа, систем сбора и транспортировки нефти и газа;</p> <p>способы удаления гидратообразований;</p> <p>способы расчета реагентов;</p> <p>средства контроля режимных параметров бурения скважин, добычи нефти и газа;</p> <p>приемы сбора информации об измеряемых и контролируемых параметрах и состоянии объекта;</p> <p>назначение, принцип действия и технологию ремонта контрольно-измерительных приборов и средств автоматики;</p> <p>безопасность труда при ведении работ по вводу скважины в эксплуатацию;</p> <p><u>уметь:</u></p> <p>осуществлять сборку, разборку, очистку, промывку и продувку оборудования;</p> <p>осуществлять монтаж систем автоматики и телемеханики под руководством оператора по добыче нефти и газа более высокой квалификации;</p>		
---	--	--	--

	<p>расшифровывать показания приборов контроля и автоматике;</p> <p>контролировать режимные параметры процесса добычи нефти и газа по контрольно-измерительным приборам;</p> <p>контролировать процесс автоматического регулирования основных технологических параметров;</p> <p>крепить оборудование к фундаменту;</p> <p>выполнять слесарные, электромонтажные и стропальные работы;</p> <p>осуществлять техническое обслуживание и ремонт наземного промышленного оборудования, установок, механизмов и коммуникаций;</p> <p>проводить диагностику неполадок, определять неисправности в работе оборудования;</p> <p>знать:</p> <p>конструкцию буровой установки, назначение ее отдельных частей и механизмов;</p> <p>конструкцию скважины;</p> <p>технологии монтажа и демонтажа оборудования;</p> <p>инструменты для подачи и спуска труб и штанг;</p> <p>правила опрессовки технологического оборудования и трубопроводов;</p> <p>технические данные, размещение и условия эксплуатации приборов измерения и регулирования основных технологических параметров;</p> <p>принципы автоматического регулирования добычи нефти и газа;</p> <p>назначение и органы настройки автоматических регуляторов;</p> <p>вспомогательные средства автоматических систем управления;</p>		
--	--	--	--

	<p>суть автоматического и ручного регулирования основных технологических параметров; виды ремонта; типы, устройство и правила технической эксплуатации оборудования и агрегатов, применяемых для ремонта; виды слесарных работ и технологию их выполнения; технологию проведения электромонтажных работ; назначение и правила технической эксплуатации грузоподъемных машин и механизмов; безопасность труда при ведении монтажа и демонтажа наземного оборудования.</p>		
	<p>ПМ.02 Выполнение работ по исследованию скважин МДК.02.01. Техника и технология исследования скважин. Должен иметь практический опыт: Выполнение работ по исследованию скважин В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен: иметь практический опыт: определения параметров пласта и скважины при различных методах исследования скважин; проведения шаблонирования скважин с отбивкой забоя; замера забойного и пластового давления в эксплуатационных и нагнетательных скважинах; проведения замеров дебита жидкости (нефть, вода) и газа на автоматизированной групповой замерной установке; проведения замеров восстановления (падения) уровня жидкости; проведение замеров забойного и пластового давления;</p>	<p>ПРБ 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p>	

	<p>участия в проведении исследований с помощью дистанционных приборов; выполнения профилактических осмотров исследовательских приборов и глубинных лебедок; уметь: осуществлять проверку и испытание герметичности колонны; проводить замеры кривизны труб; определять состояние резьбы трубы над устьем скважины во время спуска обсадной колонны; осуществлять отбор глубинных проб нефти и воды пробоотборником; пользоваться дебитомерами, расходомерами, глубинными манометрами, электротермометрами; измерять уровень жидкости различными способами; определять соотношение нефти, воды и газа в пласте; определять коэффициент продуктивности пласта; размещать приборы и оборудование, определять неполадки в их работе; знать: физико-химические свойства нефти, воды и газа; назначение и техническую характеристику наземного и подземного оборудования скважин и исследовательской аппаратуры; способы измерения дебитов нефти, воды и газа; методику обработки материалов исследований; метод определения коэффициента продуктивности скважин.</p>	<p>ПРб 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>	
	<p>ПМ.04 Ведение процесса гидроразрыва пласта и гидropескоструйной перфорации.</p>	<p>ПРб 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения</p>	

	<p>МДК.04.01. Технологии увеличения производительности скважин.</p> <p><u>Должен иметь практический опыт:</u> участия в проведении цементации скважин, гидравлического разрыва пласта, химической обработки, глушения; подготовки оборудования к проведению гидроразрыва пласта и гидропескоструйной перфорации; проведения сборки, разборки линий высокого давления; регулировки подачи жидкости и песка на приемы насоса агрегата; проведения профилактического и текущего ремонта приборов и оборудования;</p> <p><u>уметь:</u> читать схемы обвязки линий высоких и низких давлений; устанавливать приборы у устья скважины, соединять их с устьевой арматурой; проводить замеры количества закачиваемой жидкости; снимать показания регистрирующих приборов и контролировать их работу; выбирать режимы опрессовки линий низких и высоких давлений и манифольдов; подбирать состав тампонажного раствора; контролировать соблюдение эксплуатационных требований, осуществлять регулирование и наладку, очистку, смазку, замену вышедших из строя деталей оборудования без значительной разборки, устранять мелкие дефекты;</p> <p><u>знать:</u></p>	<p>здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p> <p>ПРб 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</p>	
--	--	---	--

	<p>эксплуатационные характеристики и принципы управления насосами и цементными миксерами; суть и правила обвязки и опрессовки обсадных и бурительных труб, линий высокого и низкого давлений, манифольдов; назначение тампонажных материалов и требования к ним; влияние температуры и давления на свойства тампонажного раствора; принципы регулирования свойств тампонажного раствора; назначение контрольно-измерительных и регистрирующих приборов.</p>		
--	---	--	--