



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

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБПОУ «ОНТ»
_____ Бурлаков Ю.А.
приказ № 219/1-о от «31» мая 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

**общеобразовательного цикла
основной образовательной программы
подготовки специалистов среднего звена
по специальности**

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

профиль обучения: социально-экономический

г. Отрадный, 2022г

РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ

Цикловая комиссия ОО и СЭЦ

Председатель

Ю.В. Морозова

Протокол № 10 от 20 мая 2022г

Составитель: Тихонова Л.С., 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 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	12
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	13
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	27
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	29
Приложение 1	30
Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету.....	30
Приложение 2	30
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО	31
Приложение 3	33
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО	33

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета ОУП.06 Физическая культура разработана на основе:

федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (ред. от 11.12.2020) Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 N 24480) (далее – ФГОС СОО);

примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) (далее – ПООП СОО);

федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям);

учебного плана по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям);

программы воспитания по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям);

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 специальности;

интеграции и преемственности содержания по предмету ОУП.06 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 специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета ОУП.06 Физическая культура по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям) отводится 116 часов в соответствии с учебным планом по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

В программе теоретические сведения дополняются лабораторными и практическими занятиями в соответствии с учебным планом по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

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

Контроль качества освоения предмета ОУП.06 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 (ПРб), подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

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

- определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;

- характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;

- характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

- составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;

- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
- практически использовать приемы защиты и самообороны;
- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

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 междисциплинарным курсом (далее-МДК) профессионального цикла МДК.01.01 Практические основы бухгалтерского учета активов организации, а также с профессиональным модулем (далее – ПМ) ПМ.01 Документирование хозяйственных операций и ведение бухгалтерского учета активов организации.

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 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.

В программе по предмету ОУП.06 Физическая культура, реализуемой при подготовке обучающихся по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям), профильно-ориентированное содержание находит отражение в темах: Раздел 1. Тема 1.1 Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой; Тема 1.2 Физическая культура в профессиональной деятельности;

Раздел 2. Тема 2.1 Осуществление самоконтроля за индивидуальными показателями физического развития и физических качеств, здоровья, умственной и физической работоспособности.

Раздел 3. Тема 3.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка.

1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета 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):

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
Личностные результаты (ЛР)	
ЛР 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
ЛР 2	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций
ЛР 3	Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих
ЛР 4	Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа»
ЛР 5	Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России
ЛР 6	Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях
ЛР 7	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 8	Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР 10	Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой
ЛР 11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
ЛР 12	Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания
ЛР 13	Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности, независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности
ЛР 14	Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектномыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость
ЛР 15	Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий
Личностные результаты программы воспитания (ЛРВР)	
ЛР 7	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 8.1	Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп.
ЛР 8.2	Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства
ЛР 9.1	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
ЛР 9.2	Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР 14	Демонстрирующий гордость за Самарскую область, уважительное отношение к малой Родине, культуре и искусству, традициям, праздникам, ключевым историческим событиям, выдающимся личностям Самарской области (в том числе ветеранам).
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 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

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
	организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.
МР 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей.
МР 08	Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.
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).
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 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, 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 13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям))
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса) - владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач,	ОК 01. ОК 02. ОК 06.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять

<p>применению различных методов познания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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; - умение определять назначение и функции различных социальных институтов; - 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>ОК 08.</p>	<p>стандарты антикоррупционного поведения. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>
<p>Коммуникативные универсальные учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных, профессиональных задач)</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; - владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства; 	<p>ОК 04. ОК 05. ОК 07. ОК 08. ОК 10.</p>	<p>Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках</p>
<p>Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование,</p>	<p>ОК 03.</p>	<p>Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие</p>

<p>руководство, контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории) - 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; - умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;</p>	<p>ОК 09. ОК 11.</p>	<p>Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере</p>
---	-------------------------------	--

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 специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям))
	ПМ.01 Документирование хозяйственных операций и ведение бухгалтерского учета активов организации
ПК 1.1.	Обрабатывать первичные бухгалтерские документы

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	116
Основное содержание	106
в т. ч.:	
теоретическое обучение	1
лабораторные/практические занятия	105
Профессионально ориентированное содержание	10
в т. ч.:	
теоретическое обучение	1
лабораторные/практические занятия	9
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	Первичный инструктаж по охране труда. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни.	1	ПР 02,03,04 ЛР4; ЛР7, ЛР9; ЛР11; МР01; МР04; МР05;	ОК03; ОК07; ОК11;	ЛР 7,8.1-9.2,14 Гражданское направление
Раздел 1. Теоретические сведения		1			
Тема 1.1	Содержание учебного материала		ПР02, 03, 04 ЛР1, ЛР4, ЛР9, ЛР13 МР01, МР04, МР05	ОК02 – ОК11	ЛР 7,8.1-9.2,14 Патриотическое направление
Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1	Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)			
Лабораторные занятия	-				
Теоретические занятия	1				
Практические занятия	-				
Контрольные работы	-				
Самостоятельная работа обучающихся	-				
Раздел 2. Практические занятия		93			
Раздел 2.1 Легкая атлетика		35			
Тема 1. Бег	Содержание учебного материала		ПР602, ПР603, ПР604, ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09	ОК01- ОК11	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физкультурное направление
1.Техника бега (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши).	17				
Лабораторные занятия	-				
Практические занятия	17				
Техника безопасности на занятиях	1				

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
	Развитие быстроты.	2			
	Бег 60 и 100м	1			
	Низкий и высокий старт	1			
	Техника и тактика бега на короткие дистанции	1			
	Стартовый разгон и финиширование.	1			
	Эстафетный бег 4*100 метров	1			
	Эстафетный бег 4*400 метров	1			
	Передача эстафетной палочки	1			
	Бег по прямой с различной скоростью.	1			
	Техника бега на средние дистанции	1			
	Техника бега на длинные дистанции	1			
	Развитие выносливости	3			
	Тактика бега на длинные дистанции	1			
	Техника равномерного бега на дистанцию 2000м (дев) и 3000м (юн).	1			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Тема 2. Прыжки	Содержание учебного материала	8			
	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжка в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной.		<i>ПР602, ПР603, ПР604</i>	<i>ОК01- ОК10</i>	<i>ЛР 7,8.1-9.2,14</i>
	Лабораторные занятия	-	<i>ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР09, ЛР13,</i>		<i>Физическое направление</i>
	Практические занятия	8	<i>МР04, МР04, МР09,</i>		
	Техника безопасности на занятиях. Прыжки в длину с места.	1			
	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2			
	Прыжки в высоту способом перешагивания.	1			
	Прыжки в высоту способом перекидной.	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
	Прыжки в длину с разбега способом «прогнувшись»	2			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Тема 3. Метание гранаты	<i>Содержание учебного материала</i>	5	ПР02, ПР03, ПР04,	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	Метание гранаты 500гр. – дев. и 700гр.- юноши		ЛР02, ЛР03,		
	Лабораторные занятия	-	ЛР05, ЛР06,		
	Практические занятия	5	ЛР11, ЛР12,		
	ПЗ17. Техника безопасности на занятиях	1	МР02, МР04,		
	ПЗ18. Техника метание гранаты с места.	1	МР07		
	ПЗ19. Техника метания гранаты с разбега.	2			
	ПЗ20. Метание гранаты на результат.	1			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Тема 4. Толкание ядра	<i>Содержание учебного материала</i>	5	ПР602, ПР603, ПР604	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	1 Толкание ядра 4кг –дев; и 5кг -юноши		ЛР02, ЛР03,		
	Лабораторные занятия	-	ЛР 05, ЛР06,		
	Практические занятия	5	ЛР11, ЛР12,		
	ПЗ21. Техника безопасности на занятиях.		МР04, МР07,		
	ПЗ22. Техника толкания ядра.				
	ПЗ23. Техника толкания ядра с места.				
ПЗ24. Техника толкания ядра со скачка.					
ПЗ25. Техника толкания ядра на результат.					
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающихся	-			
Профессионально ориентированное содержание		3			
Тема 1.1 Составление и проведение комплексов упражнений для	<i>Содержание учебного материала</i>	3	ПР602, ПР603, ПР604	ПК 1.1. ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	Комплексы упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности.		ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12,		

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
различных форм организации занятий физической культурой.	Упражнения и комплексы упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности		<i>МР04, МР07,</i>		
	Лабораторные занятия	-			
	Теоретические занятия Комплексы упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности.	1			
	Практические занятия Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой.	2			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающихся	-			
Тема 1.2 Физическая культура в профессиональной деятельности.	<i>Содержание учебного материала</i>	2			
	1. Здоровый образ жизни и профессиональная деятельность.	1	<i>ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09 ПР602, П6Р03, ПР604</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09</i>	<i>ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление</i>
	2. Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры	1			
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия	2			
	Здоровый образ жизни и профессиональная деятельность.	1			
	Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры	1			
	Контрольные работы	-			
Самостоятельная работа обучающегося	-				
Раздел 2.2 Спортивные игры. Волейбол		25			
Тема 1. Техника	<i>Содержание учебного материала</i>	10			

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
выполнения приёмов игры.	Техника безопасности на занятиях волейболом. Стойки игрока, перемещения, передачи мяча, подачи, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении		<i>ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09 ПР6 01, ПР602, П6Р03, ПР604, ПР605</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия ПЗ31. Техника безопасности на занятиях. ПЗ32. Стойки игрока, перемещения. ПЗ33. Передачи мяча. ПЗ34. Нижняя прямая подача. ПЗ35. Верхняя прямая подача. ПЗ36. Приём мяча снизу 2 руками. ПЗ37. Прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону. ПЗ38. Прием мяча одной рукой с последующим нападением на бедро и спину. ПЗ39. Приём мяча одной рукой в падении.	10			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
	Тема 2.	<i>Содержание учебного материала</i>			
Правила игры. Жесты судей. Игра по упрощенным правилам.	Правила игры. Жесты судей. Игра по упрощенным правилам.		ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	<i>ОК 02-ОК03</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия	2			
	ПЗ40. Правила игры. Жесты судей.	<i>1</i>			
	ПЗ41. Игра по упрощенным правилам.	<i>1</i>			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			

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
Тема 3. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	Содержание учебного материала	3	ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	<i>OK 02-OK10</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола				
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия ПЗ42. Подвижная игра «Пионербол» ПЗ43. Эстафета «Мяч над головой» ПЗ44. Эстафета «Мяч центральному»	3			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Тема 4. Тактика защиты	Содержание учебного материала	5	ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	<i>OK 02-OK 10</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Тактика приёма подач, приёма нападающих ударов, блокирования и страховки этих действий.				
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия	-			
	ПЗ45. Тактика приёма подач. ПЗ46. Приём нападающих ударов ПЗ47. Приём мяча после подачи. ПЗ48. Блокирование мяча. ПЗ49. Страховка при блокировании.	-			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
	Содержание учебного материала	5			
Тема 5. Тактика нападения	Индивидуальные, групповые и командные действия. Игра по правилам.		ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР06, ЛР 07, ЛР08, ЛР10 ЛР 11, МР01, М 02, МР07	<i>OK 06 – OK10</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия	5			
	ПЗ50. Индивидуальные действия игроков ПЗ51. Верхняя прямая подача. ПЗ52. Групповые действия игроков.				

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
	ПЗ53. Командные действия игроков. ПЗ54. Игра по правилам.				
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Раздел 2.2 Спортивные игры. Баскетбол.		25			
Тема 1. Техника выполнения приёмов игры.	<i>Содержание учебного материала</i>	10			
	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости и направления, броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, штрафной бросок.		ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	<i>ОК 02-ОК 03</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	<i>Лабораторные работы</i>	-			
	Практические занятия	10			
	ПЗ55. Техника безопасности на занятиях баскетболом. ПЗ56. Перемещения, остановки, стойки игрока, повороты. ПЗ57. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой на месте. ПЗ58. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой в движении. ПЗ59. Ловля и передача мяча с отскоком от пола. ПЗ60. Ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости и направления. ПЗ61. Броски мяча на месте, в движении, от груди, от плеча. ПЗ62. Бросок после ловли и после ведения мяча.		ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	<i>ОК 02-ОК 03</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</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
	ПЗ63. Дальние броски. ПЗ64. Передача мяча через все поле.				
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 2. Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	<i>Содержание учебного материала</i>	3			
	Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола		ПР6 01, ЛР 02, ЛР 03, ЛР 11, МР 04	ОК 02-ОК 03	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	<i>Лабораторные занятия</i>	-			
	Практические занятия ПЗ65. Подвижная игра «Салки с мячом» ПЗ66. Эстафета «С ведением и передачей во встречную колонну» ПЗ67. Эстафета «С ведением и броском в корзину».	3			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 3. Правила игры. Жесты судей. Игра по упрощенным правилам.	<i>Содержание учебного материала</i>	2			
	Правила игры. Жесты судей. Игра по упрощенным правилам.		ЛР02, ЛР03, ЛР 05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04,МР07, МР09,ЛР 01, ЛР02, ЛР03, ЛР04, ЛР05	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	<i>Лабораторные работы</i>	-			
	Практические занятия	2			
	ПЗ68. Правила игры. Жесты судей.	1			
	ПЗ69. Игра по упрощенным правилам.	1			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 4. Тактика защиты	<i>Содержание учебного материала</i>	5			
	Личная защита; зонная защита; прессинг; выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.		ПР602, ПР603; ПР604 ЛР05, ЛР06, ЛР 07, ЛР08, ЛР10, ЛР 11, МР 01,	ОК06 - ОК10	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	<i>Лабораторные занятия</i>	-			
	Практические занятия	5			

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
	ПЗ70. Личная защита	1	MP 02, MP 07		
	ПЗ71. Зонная защита	1			
	ПЗ72. Прессинг.	1			
	ПЗ73. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	2			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 5. Тактика нападения	<i>Содержание учебного материала</i>	5			
	Быстрый прорыв; позиционное нападение; передача в тройках; выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.		ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07	ОК 06 - ОК 10	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	<i>Лабораторные работы</i>	-			
	Практические занятия	5			
	ПЗ74. Быстрый прорыв;	1			
	ПЗ75. Позиционное нападение	1			
	ПЗ76. Передача в тройках.	1			
	ПЗ77. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	2			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Профессионально ориентированное содержание		3	ПР602, П6Р03, ПР604 ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09	ПК 1.1. ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК09	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
Тема 2.1	<i>Содержание учебного материала</i>				
Осуществление самоконтроля за индивидуальными показателями физического развития и физических качеств, здоровья, умственной и	Практическое применение методов самоконтроля за индивидуальными показателями физического развития.				
	<i>Лабораторные работы</i>				
	Практические занятия	3			
	Методы самоконтроля за индивидуальными показателями физического развития и оценка физического развития на основе результатов самоконтроля.	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
физической работоспособности.	Применение методов самоконтроля за индивидуальными показателями умственной и физической работоспособности.	1			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Раздел 3. Гимнастика		20			
Тема 3.1 Основная гимнастика	Содержание учебного материала	10			
	1. Строевые приемы: «Становись!, Равняйся!, Смирно!, Вольно!, Отставить!, Разойдись!»; расчеты по порядку, на первый и второй и др.; повороты на месте: «Нале-ВО», «Напра-ВО», «Кру-ГОМ», передвижения: в обход, по кругу, по диагонали, противоходом, змейкой.	2	ПР02, ПР03, ПР04, ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК09	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	2. Построения и перестроения: построение в шеренгу, колонну; перестроения из одной шеренги в две, из одной шеренги в три, «из шеренги уступом»; «Поворотом в движении из колонны по одному в колонну по 2,3 ; размыкания и смыкания.	3	ПР02, ПР03, ПР04 ЛР02, ЛР03, ЛР05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09, ПР 01,	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК10	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	3. Общеразвивающие упражнения без предмета и с предметом (с мячом, со скамейкой и на скамейке, на гимнастической стенке и возле неё, с гимнастической палкой, скакалкой, обручем, гантелями и т.п.). Общеразвивающие упражнения в парах.	2	ПР02, ПР03, ПР04 ЛР02, ЛР03, ЛР05 ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	4. Прикладные упражнения: ходьба и бег, упражнения в равновесии, лазанье по канату в два или в три приема, упражнения в метании и ловле.	2 1			
	5. Техника безопасности на занятиях				

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
	гимнастикой				
	<i>Лабораторные работы</i>	-			
	Практические занятия	10			
	ПЗ78. Строевые приемы: «Становись!, Равняйся!, Смирно!, Вольно!, Отставить!, Разойдись!»; расчеты по порядку, на первый и второй и др.; повороты на месте: «Нале-ВО», «Напра-ВО», «Кру-ГОМ», передвижения: в обход, по кругу, по диагонали, противоходом, змейкой.	2	ПР02, ПР03, ПР04 ЛР02, ЛР03, ЛР05 ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09	ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10	ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление
	ПЗ79. Построения и перестроения: построение в шеренгу, колону; перестроения из одной шеренги в две, из одной шеренги в три, «из шеренги уступом»; «Поворотом в движении из колонны по одному в колонну по 2,3; размыкания и смыкания	3			
	ПЗ80. Общеразвивающие упражнения без предмета и с предметом (с мячом, со скамейкой и на скамейке, на гимнастической стенке и возле неё, с гимнастической палкой, скакалкой, обручем, гантелями и т.п.). Общеразвивающие упражнения в парах.	2			
	ПЗ81. Прикладные упражнения: ходьба и бег, упражнения в равновесии, лазанье по канату в два или в три приема.	2			
	ПЗ82. Техника безопасности на занятиях гимнастикой	2			
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 3.2	Содержание учебного материала	5			

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			
Спортивная гимнастика	Элементы и комбинации на снарядах спортивной гимнастики: <u>1.Дев.</u> Брусья разной высоты: висы, упоры, седы, повороты, переходы из вися в упор и из упора в вис, размахивания, подъем переворотом махом одной толчком другой, спад, соскок.	1	<i>ЛР02, ЛР03, ЛР 05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09, ПР 01, ПР02, ПР03, ПР04, ПР05</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>			
	<u>1.Юн.</u> Параллельные брусья: висы, упоры, размахивания, подъем махом, подъем разгибом, кувырок вперед, соскок с поворотом кругом.	1						
	<u>2.Дев.</u> Бревно: вскок, седы, упоры, прыжки, разновидности передвижений, равновесия, танцевальные шаги, соскок с конца бревна.	2						
	<u>2.Юн.</u> Перекладина: висы, упоры, переходы из вися в упор и из упора в вис, размахивания, размахивания изгибами, подъем переворотом, подъем разгибом, обороты назад и вперед, соскок махом вперед (назад).	2						
	<u>3.Дев.</u> Опорный прыжок через козла: ноги врозь, согнув ноги	2						
	<u>3.Юн.</u> Опорный прыжок через коня: боком, углом.	2						
	<i>Лабораторные работы</i>	-						
	Практические работы	5						
	ПЗ83.Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на брусьях разной высоты (девушки); на параллельных брусьях (юноши)	1				<i>ЛР, 02, ЛР03, ЛР 05, ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09, ПР 01, ПР02, ПР03, ПР04, ПР05</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	ПЗ84.Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на бревне (девушки); на перекладине (юноши)	2						
ПЗ85.Освоение и совершенствование опорного	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
	прыжка через козла: ноги врозь, согнув ноги (девушки); опорного прыжка через коня: боком, углом (юноши)				
	<i>Контрольные работы</i>	-			
	<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	-			
Тема 3.3 Акробатика	Содержание учебного материала	5			
	Элементы - кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка».		<i>ПР02, ПР03, ПР04 ЛР02, ЛР03, ЛР05 ЛР06, ЛР11, ЛР12, МР04, МР07, МР09</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10,</i>	ЛР 7,8.1-9.2,14 <i>Физическое направление</i>
	Выполнение акробатической комбинации.				
	<i>Лабораторные работы</i>	-			
	Практические занятия	5			
	<u>ПЗ86. Комбинации:</u> <u>Дев.- И.П. - О.С.:</u> Равновесие на левой (правой) - Шагом правой кувырок вперед ноги скрестно и поворот кругом - Кувырок назад - Перекатом назад стойка на лопатках - Кувырок назад через плечо в упор, стоя на левом (правом) колене, правую (левую) назад. Встать - Переворот боком «колесо». Приставляя правую прыжок прогнувшись, И.П.				
	<u>Юн.- и.п.-о.с.:</u> стойка на руках махом одной и толчком другой - кувырок вперед - кувырок вперед в упор присев - силой, стойка на голове с опорой руками - силой опускание в упор лёжа. Толчком ног упор присев. Встать - Мах левой и переворот боком приставляя правую полуприсед и прыжок прогнувшись, и.п.				
	Контрольные работы	-			

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 обучающегося	-			
Профессионально-ориентированное содержание		4			
Тема 3.1	Содержание учебного материала		<i>ПР02, ПР03, ПР04</i>	<i>ПК 1.1.</i>	<i>ЛР 7,8.1-9.2,14 Физическое направление</i>
Профессионально-прикладная физическая подготовка	1.Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка	1	<i>ЛР02, ЛР03, ЛР05 ЛР06, ЛР11,</i>	<i>ОК01, ОК03, ОК06, ОК07, ОК 08, ОК10</i>	
	2.Задачи профессионально-прикладной физической подготовки	1	<i>ЛР12, МР04, МР07, МР09</i>		
	3. Средства профессионально-прикладной физической подготовки	2			
	Лабораторные занятия	-			
	Практические занятия	4			
	Средства профессионально-прикладной физической подготовки	2			
	Значимые физические и психические качества с учётом специфики вида профессиональной деятельности	2			
	Контрольные работы	-			
	Самостоятельная работа обучающегося	-			
Всего		116			

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебного предмета требует наличия учебного кабинета преподавателя физического воспитания.

Оборудование учебного кабинета:

- стол - 2шт
- стулья - 2шт

Технические средства обучения:

- компьютер - 1шт
- принтер - 1шт

Оборудование рабочих мест:

- гимнастическая стенка - 10шт
- гимнастическая скамейка – 8шт
- перекладина навесная - 4шт
- брусья навесные - 1шт
- мячи баскетбольные - 10шт
- мячи волейбольные - 8шт

Информационное обеспечение обучения

Основные источники

Для преподавателей

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 493 с.

2. 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.

Для студентов

1. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. Учебник для студентов. М., Академия, 2017.

2. Собынин Ф.И. Учебник для студентов СПО. Физическая культура. Ростов-на-Дону, Феникс, 2017.

Дополнительные источники

Для преподавателей

1. Бишаева, А.А., Физическая культура: учебник / А.А. Бишаева, В.В. Малков. — Москва: КноРус, 2018. — 379 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. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры М.: ФиС. Спорт Академ Пресс, 2015

2. Ериков В.М. Физическая культура, спорт и здоровье в современном мире. М., Русайнс, 2020

3. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Учебное пособие. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. М., КноРус, 2020.

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 коллекция 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

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПРб)	Методы оценки
<p>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).</p>	<p>Анализ и оценка демонстрируемых студентом комплексов физических упражнений для развития: быстроты, ловкости, выносливости, силы, гибкости.</p> <p>Анализ и оценка демонстрируемых студентом комплексов физических упражнений утренней гигиенической гимнастики.</p> <p>Наблюдение при выполнении физических упражнений. Отсутствие случаев травматизма на учебных занятиях. Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>
<p>ПРб 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p>	<p>Выполнение практических заданий: комплексы упражнений (комплексы утренней гимнастики, для развития физических качеств и пр.)</p> <p>Написание рефератов, выполнение контрольных тестов.</p>
<p>ПРб 03. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.</p>	<p>Основные способы самоконтроля индивидуальных показателей физической подготовленности, физических качеств, физической работоспособности.</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>Анализ и оценка демонстрируемых студентом комплексов физических упражнений для профилактики профзаболеваний, использование их в режиме учебной и производственной деятельности.</p>
<p>ПРб 05. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>Участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях, оценка результатов выполнения контрольных нормативов, тестов контроль выполнения внеаудиторной самостоятельной работы.</p>

Приложение 1

Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету

1. Спорт в профессиональной деятельности бухгалтера.
2. Производственная гимнастика в процессе рабочего дня специалиста.
3. Активный отдых в жизни бухгалтера.
4. Научная организация труда в профессии бухгалтера: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
5. Восстановление в профессиональной деятельности.
6. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бухгалтера.
7. Средства физической культуры в регулировании работоспособности профессионала.
8. Здоровый образ жизни.
9. Двигательный режим и его значение в профессиональной деятельности специалиста.
10. Утренняя гигиеническая гимнастика в режиме дня специалиста.
11. Комплексы физических упражнений профессионально-прикладной направленности с учетом особенностей будущей профессии.
12. 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 результатов (МР) согласно ФГОС СОО
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие</p> <p>ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 5. 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 общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной</p>	<p>ЛР 03. Готовность к служению Отечеству, его защите</p> <p>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.</p> <p>ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p> <p>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</p> <p>ЛР 10. Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений</p> <p>ЛР 11. Принятие в реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.</p> <p>ЛР 12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и</p>	<p>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</p> <p>МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>МР 07. Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей.</p> <p>МР 08. Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и</p>

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных результатов (МР) согласно ФГОС СОО
<p>деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности. ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.</p>	<p>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.</p>	<p>точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.</p>

Приложение 3

Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО (профессионально-ориентированная взаимосвязь общеобразовательного предмета со 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>ПМ.01 Документирование хозяйственных операций и ведение бухгалтерского учета активов организации</p> <p>МДК.01.01 Практические основы бухгалтерского учета активов организации</p> <p>ПК 1.1 Обработать первичные бухгалтерские документы.</p> <p><u>Иметь практический опыт в:</u> документировании хозяйственных операций и ведении бухгалтерского учета активов организации.</p> <p><u>Знать:</u> -общие требования к бухгалтерскому учету в части документирования всех хозяйственных действий и операций; -понятие первичной бухгалтерской документации; -определение первичных бухгалтерских документов; -формы первичных бухгалтерских документов, содержащих обязательные реквизиты первичного учетного документа; -порядок проведения проверки первичных бухгалтерских документов, формальной проверки документов,</p>	<p>ПРб 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p> <p>ПРб 03. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.</p> <p>ПРб 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и</p>	<p>Раздел 1. Тема 1.1 Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой.</p> <p>Тема 1.2 Физическая культура в профессиональной деятельности.</p> <p>Раздел 2. Тема 2.1 Осуществление самоконтроля за индивидуальными показателями физического развития и физических качеств, здоровья, умственной и физической работоспособности.</p> <p>Раздел 3. Тема 3.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка</p>

	<p>порядок проведения таксировки и контировки первичных бухгалтерских документов;</p> <p>-порядок составления регистров бухгалтерского учета; правила и сроки хранения первичной бухгалтерской документации;</p> <p><u>Уметь:</u></p> <p>-принимать произвольные первичные бухгалтерские документы, рассматриваемые как письменное доказательство совершения хозяйственной операции или получение разрешения на ее проведение;</p> <p>-принимать первичные бухгалтерские документы на бумажном носителе и (или) в виде электронного документа, подписанного электронной подписью;</p> <p>-проверять наличие в произвольных первичных бухгалтерских документах обязательных реквизитов и т.д.</p>	<p>производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</p>	
--	--	--	--