



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

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом № 216-о от 31 мая 2023 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
***ФК.00 Физическая культура***

***профессионального цикла***

программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих  
*по профессии*

***13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию  
электрооборудования (по отраслям)***

г.о. Отрадный, **2023** г

ОДОБРЕНО

Цикловой комиссией *ЦК ТЦ*

Протокол № 10 от 19 мая 2023 г

Председатель ЦК

\_\_\_\_\_ / Аракелян В.И. /  
(подпись) (Ф.И.О.)

Разработчик: *Лыткина В.М., преподаватель ГБПОУ «ОНТ»*  
«16» мая 2023 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ФК.00 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) среднего профессионального образования (далее - СПО) по профессии 13.01.10 *Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)*, утвержденной приказом Министерства образования и науки РФ № 802 от «02» августа 2013 г.

***Разработчик:***

*В.М. Лыткина* преподаватель

---

***Эксперты:***

**Внутренняя экспертиза**

***Техническая экспертиза***

*Н.А. Горбунова* методист 1КК

---

***Содержательная экспертиза***

*В.И. Аракелян* председатель ЦК ТЦ ВКК

---

**Внешняя экспертиза**

***Содержательная экспертиза***

*А.В. Борисов* Главный энергетик ООО «РН-Ремонт НПО»

---

## СОДЕРЖАНИЕ

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	7
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
Приложение А КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	16
Приложение Б ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК	17
Приложение В ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	18
Приложение Г ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ	19
Приложение Д ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ	20
ЛИСТ ИЗМЕНЕНИИ И ДОПОЛНЕНИИ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ	23

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### ***ФК.00 Физическая культура***

#### **1.1 Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа - УД) – является частью программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих в соответствии с ФГОС СПО по *профессии 13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)*, утвержденной Министерством образования и науки РФ № 802 от «02» августа 2013 г.

Рабочая программа составлена для *очной формы обучения*.

#### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППКРС:**

Рабочая программа входит в *инвариантную часть профессионального цикла*.

#### **1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

##### *Базовая часть*

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

– основы здорового образа жизни.

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессиональных модулей *ППССЗ* по профессии *13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)*.

В процессе освоения дисциплины у обучающихся должны формировать общие компетенции (ОК) (Приложение А):

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

#### **1.4 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

##### **1.4.1 Очной формы обучения**

максимальной учебной нагрузки *80* часов, в том числе:

- обязательной учебной нагрузки обучающегося *40* часов;
- самостоятельной работы *обучающегося 40* часов.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
	Очная форма обучения
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>80</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>40</b>
в том числе:	<b>40</b>
лабораторные занятия	-
практические занятия	<b>40</b>
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>40</b>
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Виды самостоятельной работы:	
Прыжки в длину с места;	1
Общеразвивающие упражнения;	3
Упражнения на гибкость;	3
Прыжки со скакалкой;	4
Упражнения на брюшной пресс	3
Упражнения на координацию движения;	4
Кроссовая подготовка;	3
Силовые упражнения;	3
Упражнения с отягощением;	3
Отжимания в упоре лежа;	3
Упражнения на тренажерах;	1
Выполнение презентаций;	3
Выполнение сообщений, докладов, рефератов;	3
Подготовка к сдаче норм ГТО	3
<b>Промежуточная аттестация в форме - дифференцированный зачёт (3, 4 семестр)</b>	
Вариативная часть – не предусмотрена	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ФК.00 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Общая физическая подготовка</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 1.1</b> <b>Профессионально-прикладная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<i>не предусмотрено</i>	2
	Лабораторные занятия	<i>не предусмотрено</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>	
	1   Силовые упражнения		
	2   Упражнения с отягощением		
	3   Упражнения на тренажёрах		
	4   Отжимания в упоре лежа		
	5   Прыжки в длину с места		
	Контрольные работы	<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>5</b>	3
1. Силовые упражнения	1		
2. Кроссовая подготовка	1		
3. Упражнения с отягощением.	2		
4. Отжимание в упоре лёжа.	1		
<b>Тема 1.2</b> <b>Развитие физических качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<i>не предусмотрено</i>	
	Лабораторные занятия	<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>	2
	1   Упражнения на гибкость		
	2   Скоростно-силовые качества		
	3   Развитие быстроты		
	4   Развитие силы		
	5   Развитие координации		



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<b>Контрольные работы</b>	<i>«не предусмотрено»</i>	3
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>5</b>	
	1   Упражнения на гибкость	1	
	2   Упражнения на тренажерах	2	
	3   Силовые упражнения	2	
<b>Раздел 2. Спортивные игры. Баскетбол.</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 2.1 Техника игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<i>не предусмотрено</i>	2
	<b>Лабораторные занятия</b>	<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>	
	1   Техника безопасности. Правила игры. Жесты судей.		
	2   Ведение мяча, передачи, броски.		
	3   Вырывание, выбивание мяча.		
	4   Штрафной бросок. Эстафеты.		
	5   Вырывание, выбивание мяча. Подвижные игры.		
	<i>Контрольные работы</i>		
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>5</b>	
	1   Отжимание от пола	2	
	2   Упражнения на брюшной пресс	1	
	3   Прыжки в длину с места	1	
4   Упражнения на гибкость	1		
<b>Тема 2.2 Тактика защиты и нападения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<i>не предусмотрено</i>	3
	<b>Лабораторные занятия</b>	<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>	
	1   Личная защита		
	2   Заслоны		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
	3	Быстрый прорыв	2	
	4	Зонная защита		
	5	Взаимодействие игроков.		
	<i>Контрольные работы</i>		<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>		<b>5</b>	3
	1	Презентация «Личная и зонная защита»	2	
	2	Прыжки со скакалкой	1	
	3	Упражнения на координацию	1	
	4	Подготовка к сдаче норм ГТО	1	
	<b>Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол.</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 2.3 Техника игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>не предусмотрено</i>	2
	<b>Лабораторные занятия</b>		<i>«не предусмотрено»</i>	
	<b>Практические занятия</b>		<b>5</b>	
	1	Техника безопасности. Правила игры. Жесты судей.		2
	2	Передачи мяча.		
	3	Подачи мяча.		
	4	Приём мяча после подачи.		
	5	Нападающий удар. Блокирование мяча.		
	<b>Контрольные работы</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>		<b>5</b>	3
	1	Кроссовая подготовка	2	
	2	Прыжки со скакалкой	1	
	3	Упражнения на координацию	1	
	4	Подготовка к сдаче норм ГТО	1	
<b>Тема 2.4 Тактика защиты и нападения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>не предусмотрено</i>	2
	<b>Лабораторные работы</b>		<i>«не предусмотрено»</i>	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>		
	1 Индивидуальная тактика защиты	1		
	2 Групповая тактика защиты	1		
	3 Командная тактика защиты	1		
	4 Групповая тактика нападения	1		
	5 Командная тактика нападения	1		
	<b>Контрольные работы</b>	<i>«не предусмотрено»</i>	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>4</b>		
	1 Презентация «Тактика нападения»	1		
	2 Прыжки со скакалкой	1		
	3 Упражнения на координацию	1		
	4 Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>1</b>		
<b>Раздел 3. Гимнастика</b>				
<b>Тема 3.1 Основная гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<i>не предусмотрено</i>	2	
	<b>Лабораторные занятия</b>			
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>		
	31 Строевые приемы	1		
	32 Построения и перестроения	1		
	33 Общеразвивающие упражнения без предмета	1		
	34 Общеразвивающие упражнения с предметом	1		
	35 Прикладные упражнения	1		
	<b>Контрольные работы</b>	<i>«не предусмотрено»</i>		
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>5</b>		3
	1 Общеразвивающие упражнения	1		
	2 Презентация «Осанка», «Плоскостопие»	2		
	3 ОРУ с гантелями	1		
4 Поднимание туловища за 1 минуту	1			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 3.2 Акробатика	Содержание учебного материала	<i>не предусмотрено</i>	2
	Лабораторные занятия	<i>«не предусмотрено»</i>	
	Практические занятия	<b>2</b>	
	36   Кувырки вперед, назад, равновесие.	1	
	37   «Мост»-Д., стойка на руках –Юн.	1	
	38   Стойка на лопатках, длинный кувырок.		
	Контрольные работы	<i>«не предусмотрено»</i>	
	Самостоятельная работа обучающегося	<b>3</b>	
	1   Поднимание туловища	1	
	2   Упражнения на гибкость	1	
	3   Общеразвивающие упражнения	1	
Тема 3.3 Упражнения на снарядах	Содержание учебного материала	<i>не предусмотрено</i>	2
	Лабораторные занятия	<i>«не предусмотрено»</i>	
	Практические занятия	<b>2</b>	
	1   Брусья разной высоты-Д.; перекладина –Юн.		
	2   Опорный прыжок через козла: ноги врозь, согнув ноги-Д		
	Контрольные работы	<i>«не предусмотрено»</i>	
	Самостоятельная работа обучающегося	<b>2</b>	3
	1   Силовые упражнения	1	
	2   Прыжки со скакалкой	1	
<i>Дифференцированный зачет</i>		<b>1</b>	
<b>Всего:</b>		<b>80 часов</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины *ФК.00 Физическая культура* требует наличия

- тренажерный зал;
- зал спортивных игр;
- открытые спортивные площадки для занятий: баскетболом; волейболом;
- футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для

прыжков

и метаний.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения**

##### **Основные источники:**

##### **Для преподавателей**

1. Бишаева А.А., Малков А.А. Учебник Физическая культура. М., КноРус, 2020 - 312с
2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Учебник СПО. Физическая культура. М., КноРус, 2020-216с
3. Муллер А.Б. и др. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. М., Юрайт, 2018.

##### **Для обучающихся**

4. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Учебное пособие. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. М., КноРус, 2020.
5. Ериков В.М. Физическая культура, спорт и здоровье в современном мире. М., Русайнс, 2020

##### **Дополнительные источники:**

##### **Для преподавателей**

6. Аллянов Ю.Н. Физическая культура. Учебник СПО. М., Юрайт, 2018.

7. Бишаева А.Л. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента.

М., КноРус, 2021.

8. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Учебник СПО. Физическая культура.

М., КноРус, 2020.

#### **Для студентов**

9. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. М.: Юрайт, 2019. 254 с.

10. Собянин Ф. И. Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. М.: Феникс, 2020. 221 с.

11. 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**

12. <http://fizkultura-na5.ru> - сайт учителей физической культуры

13. <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

14. <http://tpfk.infosport.ru> - Теория и практика физической культуры.

15. <http://www.sportreferats.narod.ru/> - Рефераты на спортивную тематику

16. [www.fcior.edu.ru](http://www.fcior.edu.ru) - (Информационные, тренировочные и контрольные материалы).

17. [www.school-collection.edu.ru](http://www.school-collection.edu.ru) - (Единая коллекции цифровых образовательных ресурсов).

18. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) - Books Gid. Электронная библиотека.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, опыт деятельности)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Базовая часть:</b>	
<b>Уметь:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Формы контроля: - тестовый контроль; - сдача норм ГТО; - выполнение контрольных нормативов; - участие в соревнованиях; - судейство спортивных игр на занятиях. Виды контроля: - текущий - промежуточный - итоговый Оценивание уровня физической подготовленности Проводится по двум показателям: 1. исходный уровень развития физических качеств, обучающихся; 2. реальные сдвиги в показателях физической подготовленности за определённый период.
<b>Знать:</b> – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни.	Методы контроля: - устная проверка; - ответ на вопрос; - фронтальная проверка (беседа); - письменная проверка (тест, работа с карточками-заданиями).
<b>Вариативная часть</b>	«не предусмотрено»

## **КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Не предусмотрено



## ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК

Название ОК	Технологии формирования ОК (на учебных занятиях)
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Практические задания
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося

## ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Код формируемых компетенций
1.	Общая физическая подготовка. Упражнения на тренажёрах	2	Работа в малых группах	ОК 4, 8
2.	Волейбол. Нападающий удар. Блокирование мяча.	2	Мозговой штурм.	ОК 4, 8
3.	Баскетбол. Взаимодействие игроков.	2	Технология критического мышления. Прием кластер.	ОК 4, 8
4.	Гимнастика. Упражнения на снарядах.	2	Работа в малых группах	ОК 4, 8
5.	Развитие физических качеств.	2	Работа в малых группах	ОК 4, 8
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>		<b>80</b>		
<b>Обязательная нагрузка</b>		<b>40</b>		
<b>Количество часов использования активных и интерактивных форм и методов обучения</b>		<b>10</b>		
<b>% использования активных и интерактивных форм и методов обучения от обязательной учебной нагрузки</b>		<b>25%</b>		

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ**

*Не предусмотрено*

**ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ НА  
УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания	Наименование разделов и тем занятий
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>	Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп.	<b>ЛР 8.1</b>	Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах

<p align="center"><b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b></p>	<p align="center"><b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b></p>	<p align="center"><b>Наименование разделов и тем занятий</b></p>
<p>Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства</p>	<p align="center"><b>ЛР 8.2</b></p>	<p>Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах</p>
<p>Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.</p>	<p align="center"><b>ЛР 9.1</b></p>	<p>Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах</p>
<p>Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях</p>	<p align="center"><b>ЛР 9.2</b></p>	<p>Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры</p>

<p align="center"><b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b></p>	<p align="center"><b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b></p>	<p align="center"><b>Наименование разделов и тем занятий</b></p>
		<p>Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах</p>
<p align="center"><b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные Самарской областью</b></p>		
<p>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).</p>	<p align="center"><b>ЛР 14</b></p>	<p>Тема 1.1 Профессионально-прикладная подготовка Тема 1.2 Развитие физических качеств Тема 2.1 Техника игры Тема 2.2 Тактика защиты и нападения Тема 2.3 Техника игры Тема 2.4 Тактика защиты и нападения Тема 3.1 Основная гимнастика Тема 3.2 Акробатика Тема 3.3 Упражнения на снарядах</p>

---

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЁННЫХ В РАБОЧУЮ  
ПРОГРАММУ**

<b>№</b>	<b>№ страницы</b>	<b>Результаты актуализации</b>	<b>Дата актуализации</b>	<b>Подпись разработчика</b>