Приложение 2.12
к ОПОП-П по специальности
44.02.02 Преподавание в начальных классах (Учитель начальных классов)

Рабочая программа дисциплины

«ООД.12 Физическая культура»

Программа создана в цифровом конструкторе
eais.firpo.ru_[ID 2139_44.02.02]

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура»

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель дисциплины «Физическая культура»: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста..

Дисциплина «Физическая культура» включена в обязательную часть цикла «общеобразовательные дисциплины» образовательной программы.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код ОК, ПК	Уметь	Знать	Владеть навыками
ОК.01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте, анализировать и выделять её составные части; -определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план, определять необходимые ресурсы; -выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; -владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; -оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника).	- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить - структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях - основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте - методы работы в профессиональной и смежных сферах - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности	-
ОК.04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- организовывать работу коллектива и команды - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	- психологические основы деятельности коллектива - психологические особенности личности	-
ОК. 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека - основы здорового образа жизни - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности - средства профилактики перенапряжения	

ПК 1.2 Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами	- проводить учебные занятия на основе системно-деятельностного подхода; использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности, обучающихся на уроках с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся; - использовать современные возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; - создавать педагогически целесообразную атмосферу на уроке (система взаимоотношений, общее настроение)	- основные принципы деятельностного подхода правила техники безопасности и санитарно-эпидемиологические требования при организации процесса обучения; правила охраны труда и требования к безопасности образовательной среды; дидактика начального общего образования; - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития ребенка младшего школьного возраста, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - современные образовательные технологии, в том числе информационно- коммуникационные; - возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования; - основы организации учебной проектно-исследовательской деятельности в начальной школе	- организации учебного процесса с учетом своеобразия социальной ситуации развития первоклассника; - регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды на учебных занятиях; - соблюдения правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики на учебных занятиях; применения методов и приемов развития мотивации учебнопознавательной деятельности на уроках по всем предметам; - организации обучающей деятельности учителя; организации познавательной деятельности обучающихся, в том числе экспериментальной, исследовательской, проектной; - организации различных форм учебных занятий соблюдения правил техники безопасности и санитарно-эпидемиологических требований при проведении учебных занятий
ПК 2.1 Разрабатывать программы внеурочной деятельности на основе требований ФГОС, примерной образовательной программы и с учетом примерных программ внеурочной деятельности и интересов обучающихся и их родителей (законных представителей)	- определять педагогические цели, задачи и планируемые результаты организации внеурочной деятельности в избранной области с учетом возраста обучающихся - составлять рабочую программу, планы, сценарии внеурочных занятий - с учетом деятельностного подхода, особенностей избранной области деятельности, возраста обучающихся и в соответствии с санитарно- гигиеническими нормами - проектировать внеурочную деятельность с использованием современных средств (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов, в том	- основы планирования и проектирования внеурочной деятельности - требования к внеурочной деятельности ФГОС НОО - возрастные особенности обучающихся - примерные программы внеурочной деятельности - образовательные потребности обучающихся и способы их диагностики - социальный запрос родителей (законных представителей) - условия организации внеурочной деятельности, в том числе возможности образовательной	- определения целей, задач и планируемых результатов внеурочной деятельности - проектирования внеурочной деятельности с использованием современных средств обучения (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов, в том числе конструкторов LEGO, и др.) - разработки программ внеурочной деятельности на основе требований ФГОС, на основе примерной

	числе конструкторов LEGO, и др.), с использованием ресурсов цифровой образовательной среды - во взаимодействии с родителями (законными представителями), другими педагогическими работниками и психологами проектировать и корректировать индивидуальную образовательную траекторию обучающегося в соответствии с задачами достижения всех видов образовательных результатов (предметных, метапредметных и личностных), выходящими за рамки программы начального общего образования	организации, социальных партнеров, региона - структура рабочей программы внеурочной деятельности - возможности современных средств (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов, в том числе конструкторов LEGO, и др.), ресурсов цифровой образовательной среды для проектирования и реализации внеурочной деятельности в начальной школе - основы проектирования индивидуальной образовательной траектории обучающегося	образовательной программы и примерных программ внеурочной деятельности с учетом интересов обучающихся и их родителей (законных представителей)
ПК 2.2 Реализовывать программы внеурочной деятельности в соответствии с санитарными нормами и правилами.	- организовывать различные виды внеурочной деятельности, в том числе проектно-исследовательской, с учетом места жительства, историко-культурного своеобразия региона и возможностей образовательной организации - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися - применять различные методы и формы организации внеурочной работы, выбирать их с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся - мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию во внеурочной деятельности - организовать внеурочную деятельность с включением всех детей, в том числе детей с особыми потребностями в образовании	- теоретические основы организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой, проектной и др. - модели организации внеурочной деятельности в школе - теоретические основы и методика планирования внеурочной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся - педагогические и гигиенические требования к организации внеурочной деятельности - методические основы организации внеурочной деятельности в избранной области деятельности - особенности общения обучающихся - методические основы и особенности работы с обучающимися, имеющими особые образовательные потребности - способы выявления педагогом интересов и способностей обучающихся	- использования деятельностного подхода при проведении внеурочных занятий в начальных классах с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - реализации современных технологий, интерактивных форм и методов организации внеурочной деятельности - регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды в процессе внеурочной деятельности - организации внеурочной деятельности с включением всех детей, в том числе детей с особыми потребностями в образовании

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Трудоемкость освоения дисциплины

Наименование составных частей дисциплины	Объем в часах	В т.ч. в форме практ. подготовки
Учебные занятия	72	22
Самостоятельная работа	0	0
Промежуточная аттестация в форме з/дз	0	0
Всего	**72**	**22**

2.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий	Объем, ак. ч. / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Теоретическая часть. Физическая культура как часть культуры общества и человека. (ч)		12/8	
Тема 1.1 Современное состояние физической культуры и спорта	**Содержание**	**1/0**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.2.1,ПК.2.2**
	1. Физическая культура как часть культуры общества и человека. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации 2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения. Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО	1/0	
Тема 1.2 Здоровье и здоровый образ жизни	**Содержание**	**1/0**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.2.1,ПК.2.2**
	Понятие «здоровье» (физическое, психическое, социальное). Факторы, определяющие здоровье. Психосоматические заболевания Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание Влияние двигательной активности на здоровье. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм занимающихся. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного	1/0	

	человека		
Тема 1.3 Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья	**Содержание**	**1/0**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.2.1,ПК.2.2**
	Современное представление о современных системах и технологиях укрепления и сохранения здоровья (дыхательная гимнастика, антистрессовая пластическая гимнастика, йога, глазодвигательная гимнастика, стрейтчинг, суставная гимнастика; лыжные прогулки по пересеченной местности, оздоровительная ходьба, северная или скандинавская ходьба и оздоровительный бег и др.) Особенности организации и проведения занятий в разных системах оздоровительной физической культуры и их функциональная направленность	1/0	
Тема 1.4 Основы методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	**Содержание**	**1/0**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.2.1,ПК.2.2**
	Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности; соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой Организация занятий физическими упражнениями различной направленности: подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Нагрузка и факторы регуляции нагрузки при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями Основные принципы построения самостоятельных занятий. Самоконтроль за индивидуальными показателями физического развития, умственной и физической работоспособностью, индивидуальными показателями физической подготовленности. Дневник самоконтроля	1/0	
Профессионально-ориентированное содержание. Тема 1.5 Физическая культура в режиме трудового дня	**Содержание**	**4/4**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.2.1,ПК.2.2**
	Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления. Составление профессиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к	4/4	

	группе труда. Подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики		
Профессионально-ориентированное содержание. Тема 1.6 Профессионально-прикладная физическая подготовка	**Содержание**	**4/4**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.1.2**
	Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка», задачи профессионально-прикладной физической подготовки, средства профессионально-прикладной физической подготовки	2/2	
	Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств	2/2	
Раздел 2. Практическая часть (ч)		14/14	
Профессионально-ориентированное содержание Тема 2.1 Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	**Содержание**	**4/4**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.1.2**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**4/4**	
	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения	2/2	
	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности	2/2	
Профессионально-ориентированное содержание Тема 2.2 Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	**Содержание**	**4/4**	**ОК 01,ОК 04, ОК 08,ПК.1.2**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**4/4**	
	Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	4/4	
Профессионально-ориентированное содержание	**Содержание**	**6/6**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**6/6**	

Тема 2.3 Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности	4/4	
	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности	2/2	
Учебно-тренировочные занятия Легкая атлетика. Кроссовая подготовка (ч)		14/0	
Тема 2.4 Бег на выносливость	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Высокий старт, дыхание, работа рук, постановка ноги на опору. Повторный и переменный бег, развитие специальной выносливости	1/0	
	Равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	1/0	
Тема 2.5 Спринтерский бег	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Низкий старт, стартовый разгон	1/0	
	Бег по дистанции, постановка ноги на опору, работа рук, финиширование	1/0	
Тема 2.6 Эстафетный бег	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Прием и передача эстафетной палочки в коридоре с перекладыванием и без	1/0	
	Понятие о контрольной отметке Эстафетный бег 4х100, 4х400.	1/0	
Тема 2.7 Кроссовая подготовка	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Преодоление естественных препятствий Преодоление спусков и подъемов	1/0	
	Передвижение по различным видам грунта.	1/0	
Тема 2.8 Прыжки	**Содержание**	**4/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**4/0**	
	Прыжок в длину с места	1/0	

	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» (сочетание разбега с отталкиванием, сочетание перехода через планку и приземления)	1/0	
	Прыжок в длину с разбега (сочетание разбега с отталкиванием, полет, приземление).	1/0	
	Развитие скоростно-силовых способностей.	1/0	
Тема 2.9 Метания	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Метание малого мяча с места. Развитие силовых способностей.	1/0	
	Метание малого мяча на дальность с места в горизонтальную и вертикальную цель. Метание малого мяча на дальность с разбега в горизонтальную и вертикальную цель.	1/0	
Учебно-тренировочные занятия Гимнастика (ч)		10/0	
Тема 2.10 Общеразвивающие упражнения без предметов, строевые приёмы	**Содержание**	**4/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**4/0**	
	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте.	1/0	
	Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах.	1/0	
	Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки	1/0	
	Основные исходные положения для ног, рук и движения ими.	1/0	
Тема 2.11 Общеразвивающие упражнения с предметами	**Содержание**	**4/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**4/0**	
	Основные исходные положения для ног, рук с предметами (гантелями, набивными мячами, скакалкой гимнастической палкой).	2/0	
	Выполнение разных по сложности общеразвивающих упражнений с	2/0	

	предметами в парах и индивидуально.		
Тема 2.12 Висы и упоры	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Упражнения на гимнастической лестнице и скамейке	1/0	
	Упражнения в равновесии.	1/0	
Учебно-тренировочные занятия Общефизическая подготовка (ч)		8/0	
Тема 2.13 Развитие физических качеств	**Содержание**	**8/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**8/0**	
	Развитие силовых качеств средствами круговой тренировки Развитие силовых качеств. Упражнения с весом собственного тела.	1/0	
	Развитие координации движений.	1/0	
	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжковые упражнения. Скиппинг.	1/0	
	Развитие гибкости. Суставная гимнастика.	1/0	
	Развитие скоростных качеств средствами подвижных игр.	1/0	
	Развитие специальной выносливости (кросс фит)	1/0	
	Развитие координации. Упражнения на равновесие.	1/0	
	Подвижные игры различной направленности.	1/0	
Учебно-тренировочные занятия Баскетбол (ч)		8/0	
Тема 2.14 Техника выполнения приёмов игры	**Содержание**	**6/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**6/0**	
	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: 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, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча	6/0	

Тема 2.15 Тактика игры	**Содержание**	**2/0**	**ОК 01,ОК 04,ОК 08**
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2/0**	
	Освоение и совершенствование приёмов тактики защиты и нападения Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	1/0	
	Учебные игры 1х1, 2х2, 3х3.	1/0	
Учебно-тренировочные занятия Стретчинг (ч)		6/0	
Тема 2.16 Увеличение гибкости	**Содержание**	**6/0**	
	В том числе практических и лабораторных занятий	**6/0**	
	Выполнение комплексов для развития гибкости различных отделов тела.	1/0	
	Упражнения для развития подвижности в суставах: голеностопном, тазобедренном, коленном, плечевом	2/0	
	Развитие подвижности позвоночного столба.	1/0	
	Тесты и контрольные упражнения для определения гибкости.	2/0	
Промежуточная аттестация (з/дз)		**0**	
Всего: (72ч)		**72/22**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Кабинет(ы) , оснащенный(е) в соответствии с приложением 3 ОПОП-П.

3.2. Учебно-методическое обеспечение

3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания

1. Кузнецов В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с.

2. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с.

3. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с.

4. Кузнецов В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:https://book.ru/book/940094 (дата обращения: 02.06.2026). — Текст : электронный.

5. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный

6. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/475342

7. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-507-44133-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/255971 (дата обращения: 06.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Яковлева В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/292931 (дата обращения: 06.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/156380 (дата обращения: 06.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Показатели освоенности компетенций	Методы оценки
Знает: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить, порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности, методы работы в профессиональной и смежных сферах, основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте, структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях, психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности, роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основы здорового образа жизни, условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения Умеет: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте, владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных	Знает: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Знает: основы здорового образа жизни; Знает: условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; Знает: средства профилактики перенапряжения Умеет: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; для подготовки к сдаче нормативов (тестов) Всероссийского комплекса ГТО; для решения задач общей физической подготовки; Умеет: применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	устный опрос, тестирование оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств оценка заданий при проведении текущего контроля; оценка заданий при проведении промежуточной аттестации

сферах, оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника), выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы, определять необходимые ресурсы, анализировать и выделять её составные части определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план, организовывать работу коллектива и команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности, использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности, пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности		