государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Обшаровский государственный техникум им. В.И.Суркова»

C=RU, O=ГБПОУ ОГТ им.В.И.Суркова, CN=Захаров Н_В_, E=ogt-surkova@yandex.ru
00e94f8928bb4a3aad
2022-06-21 09:40:52

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБПОУ
«Обшаровский государственный
техникум им. В.И.Суркова»
_____ Захаров Н.В.

«20» мая 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП. 06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

общеобразовательного цикла
основной образовательной программы

ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

по специальности 39.02.01 Социальная работа

квалификация: специалист по социальной работе

Срок обучения: 2 года 10 месяцев

профиль обучения: социально-экономический профиль

с. Обшаровка, 2022г

Рассмотрено на заседании
Методической комиссии
Протокол№7 «20» мая 2022г.
Председатель

_____ О.Ю. Меренкова
подпись расшифровка

Разработчик:
преподаватель
_____ В.А. Жоголев

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 39.02.01 Социальная работа

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 24
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 27
Приложение 1 28
Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету 28
Приложение 2 30
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО 30
Приложение 3 33
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО 33
Приложение 4 35

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе:

федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО);

примерной основной образовательной программы среднего общего образования (далее – ПООП СОО);

федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) 39.02.01 Социальная работа;

примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» по социально-экономическому профилю (для профессиональных образовательных организаций);

учебного плана по специальности СПО 39.02.01 Социальная работа;

рабочей программы воспитания по специальности СПО 39.02.01 Социальная работа.

Программа учебного предмета «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 «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 «Физическая культура» и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет «Физическая культура» изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по 39.02.01 Социальная работа на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета «Физическая культура» по 39.02.01 Социальная работа отводится 173 часа в соответствии с учебным планом по специальности 39.02.01 Социальная работа.

В программе теоретические сведения дополняются практическими занятиями в соответствии с учебным планом по специальности.

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

Контроль качества освоения предмета «Физическая культура» проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет. 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 «Физическая культура» в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные базового уровня (ПР б), подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по 39.02.01 Социальная работа.

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

– формирование ценностного отношения к занятиям ФК, а также бережного отношения к собственному здоровью;

– освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций, в предупреждении заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, в профилактике переутомления и сохранения высокой работоспособности, о возможностях физической культуры в решении задач учебной и будущей профессиональной деятельности;

– расширение двигательного опыта посредством овладения новыми физическими упражнениями разной функциональной направленности, двигательными действиями базовых видов спорта, упражнениями современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях, в том числе при решении задач, ориентированных на будущую профессиональную деятельность;

– дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;

– приобретение опыта использования разнообразных форм и видов 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), для достижения жизненных и профессионально значимых целей;

– формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

– овладение навыками сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

В процессе освоения предмета «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

Учебный предмет является частью обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности», изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ООП СПО с учетом профиля профессионального образования.

Учебный предмет физическая культура обучающихся профессиональных образовательных организаций выступает результирующей мерой комплексного воздействия различных организационных форм, средств и методов, технологий на личность будущего специалиста с учётом особенностей профессиональной деятельности.

Учебный предмет обеспечивает профессиональную направленность учебного процесса, его устойчивую ориентацию на достижение результатов освоения профессиональной образовательной программы, ориентированных на подготовку квалифицированного специалиста.

Учебный предмет наравне со всеми дисциплинами общеобразовательного цикла не только выступает в качестве квалификационного требования к современным специалистам во всех областях деятельности, но и является условием формирования базы профессиональных компетенций.

Содержание учебного предмета включает теоретическую и практическую части.

Теоретическая часть обеспечивает овладение обучающимися целостной системой знаний научно-практического характера по физической культуре, необходимых для сознательного применения средств, методов, технологий,

разнообразных формы и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, решения конкретных задач профессиональной деятельности.

Практическая часть направлена на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, воспитание необходимых качеств и свойств личности, овладение методами, средствами и технологиями физкультурно-спортивной деятельности, приобретение в ней личного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта с учётом поставленной задачи, в том числе профессиональной.

Учебная деятельность обучающихся по учебному предмету предусматривает:

1. Учебные занятия (практическое занятие, лекция, консультация).
2. Самостоятельную работу.

Образовательная деятельность при освоении отдельных компонентов содержания дисциплины организуется в форме практической подготовки, представляющей собой форму организации образовательной деятельности в условиях выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю соответствующей образовательной программы.

3.Другие виды учебной деятельности, в том числе реализуемые в форме практической подготовки:

– мастер-классы;
– конкурсы, соревнования, целью которых является демонстрация знаний, умений, навыков, применение физкультурно-спортивной деятельности для решения задач, ориентированных на профессиональную деятельность.

Предмет «Физическая культура» изучается на базовом уровне.

Предмет «Физическая культура» имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплинами общепрофессионального Экология и Основы безопасности жизнедеятельности, ОП.07. Основы социальной медицины, ОП.08. Безопасность жизнедеятельности, а также междисциплинарными курсами (далее - МДК) профессионального цикла МДК 04.02 Социально-медицинские основы профессиональной деятельности и профессиональными модулями (далее – ПМ) ПМ.04 Выполнение работ по должности служащего 26527 Социальный работник.

Предмет «Физическая культура» имеет междисциплинарную связь с учебной дисциплиной «Общие компетенции профессионала» общепрофессионального цикла в части развития читательской грамотности, а также формирования общих компетенций в сфере работы с информацией, самоорганизации и самоуправления, коммуникации.

Содержание учебного предмета направлено на достижение всех личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО.

Достижение результатов осуществляется на основе интеграции деятельностного и компетентностного подходов к изучению физической культуры и обеспечивает:

- формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой на основе понимания значимости и возможностей физической культуры в решении специфических задач профессиональной деятельности;

– воспитание разносторонне развитой личности;

– формирование определённых практических навыков с учётом видов профессиональной деятельности конкретной профессии или специальности;

– достижение необходимого уровня культуры, профессиональной дееспособности и психофизической готовности к трудовой деятельности.

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 «Физическая культура» особое внимание уделяется формированию физической культуры (ФК) будущего квалифицированного специалиста. Физическая культура личности включает целый ряд элементов, которые тесно связаны между собой, дополняют и обусловливают друг друга: знания и интеллектуальные способности, физическое совершенство, мотивационно-ценностные ориентации, социально-духовные ценности, физкультурно-спортивную деятельность.

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

-Практическое занятие №59-60 Совершенствование координации движений

-Практическое занятие №61-62 Проведение учета двигательной подготовленности

-Практическое занятие №63-64. Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса

-Практическое занятие №65-66. Совершенствование вестибулярной устойчивости

-Практическое занятие №67-68. Совершенствование акробатической подготовки

-Практическое занятие №75-76. Совершенство упражнений по гимнастики

-Практическое занятие №77-78. Совершенство упражнений по акробатике

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 06	Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям
ЛР 07	Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности
ЛР 09	Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
Личностные результаты программы воспитания (ЛРВР)	
ЛРВР 07	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛРВР 8.1	Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп.
ЛРВР 8.2	Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства
ЛРВР 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.
ЛРВР 9.2	Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛРВР 11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры
Метапредметные результаты (МР)	
МР 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и

	готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 09	Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения
Предметные результаты базовый уровень (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 «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 39.02.01 Социальная работа)**
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса)	ОК 09	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.
Коммуникативные универсальные учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных, профессиональных задач)	ОК 12 ОК 13	Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование, руководство,	ОК 01	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории)	ОК 06 ОК 08	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

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 39.02.01 Социальная работа

Коды ПК	**Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по 39.02.01 Социальная работа)**
Наименование ВПД	
ПМ.04 Выполнение работ по должности служащего 26527 Социальный работник	
ПК 4.2.	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь.

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	**Объем в часах**
Объем образовательной программы учебного предмета	**173**
Основное содержание	**102**
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	100
Профессионально ориентированное содержание	**14**
в т. ч.:	
теоретическое обучение	0
практические занятия	14
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	**56**
в т. ч.:	
Совершенствование техники выполнения спортивных упражнений и технических приемов	56
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	**1**

3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
ИСТОРИЯ

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
Раздел 1.	**Физическая культура**		***2***			
Тема 1.1 Физическая культура	**Содержание учебного материала**		***2***			
	1	Физическая культура в системе СПО	*1*	ПРб.01,ПРб.02, ПРб.03, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09,ЛР11 МР 01, МР 02, МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 8.1** Гражданское, Патриотическое, Духовно-нравственное **ЛРВР 8.2** Духовно-нравственное **ЛРВР 11** Эстетическое
	2	Гигиена, питание и совершенствование в системе СПО	*1*	ПРб.01,ПРб.02, ПРб.03, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09,ЛР11 МР 01, МР 02, МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Основы мер безопасности		*1*	ПРб.01,ПРб.02, ПРб.03, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09,ЛР11 МР 01, МР 02, МР 09		
Раздел 2.	**Легкая атлетика**		***8***			
Тема 2.1 Легкая атлетика	**Содержание учебного материала**		***8***			
	Практическое занятие №1Совершенствование низкого старта и стартового разгона		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие№2 Совершенствование высокого старта и финиширования		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №3 Совершенствование техники бега на короткие дистанции (100 м)		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №4 Совершенствование техники эстафетного бега		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие № 5 Совершенствование техники бега на средние дистанции		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие № 6 Совершенствование бега по прямой с различной скоростью		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №7 Совершенствование прыжков в высоту способом перешагивания		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №8 Совершенствование		*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05,		

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
	прыжков в высоту перекидным способом		ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники бега	*6*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 3.	**Спортивные игры. Волейбол**	***10***			
Тема 3.1 Волейбол	**Содержание учебного материала**	***10***			
	Практическое занятие №9 Разучивание приемов мяча с подачи	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №10 Разучивание передач из зон 1,6,5 в зону 3	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №11 Разучивание верхней прямой подачи	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №12 Разучивание нападающего удара	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №13 Учебная игра	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №14 Совершенствование техники приема мяча	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №15 Совершенствование передачи мяча	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие № 16 Совершенствование техники подачи мяча	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №17 Контрольная игра 6х6	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №18 Совершенствование техники игры командой	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники игры	5	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		

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
Раздел 4	**Спортивные игры. Баскетбол**	**10**			
Тема 4.1. Баскетбол	**Содержание учебного материала**	***10***			
	Практическое занятие №19 Разучивание ловли мяча от щита	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №20 Разучивание ведения мяча с изменением отскока и скорости	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие№ 21 Совершенствование различных передач в движении	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №22 Совершенствование бросков мяча в корзину с разных точек	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №23 Разучивание тактических действий в защите	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №24 Разучивание тактических действий в нападении	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №25 Учебная игра	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №26 Совершенствование передачи мяча в нападении	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №27 Совершенствование техники игры в защите	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №28 Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельное применение средств физического воспитания	6	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 5.	**Гимнастика**	**16**			
Тема 5.1. Гимнастика	**Содержание учебного материала**	***16***			
	Практическое занятие №29 Вводный урок. ТБ	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05,		**ЛРВР 07** Гражданское

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
			ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №30 Разучивание: длинного кувырка вперед через препятствие 90 см. (м); перекатом стойка на лопатках (д)	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №31 Разучивание: - стойки на голове и руках и руках силой (м); из стойки на лопатках переворот назад в полуштанг (д)	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №32 Разучивание соединения из 3-4 элементов	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №33 Совершенствование лазания по канату	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №34 Разучивание опорного прыжка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №35 Совершенствование упражнений с гантелями	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №36 Совершенствование упражнений у гимнастической стенки	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №37 Зачет по технике выполнения упр. по гимнастике	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №38 Сдача нормативов по гимнастики	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №39 Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №40 Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №41 Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		

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
	Практическое занятие №42 Силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №43 Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №44 Сдача контрольных нормативов	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Техника выполнения силовых упражнений	*8*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 6.	**Лыжная подготовка**	***12***			
Тема 6.1. Лыжная подготовка	**Содержание учебного материала**	***12***			
	Практическое занятие №45 Вводный урок. ТБ. Подбор лыжного инвентаря	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №46 Совершенствование попеременного двухшажного хода	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №47 Совершенствование одновременного бесшажного хода	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №48 Совершенствование одновременного одношажного хода	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №49 Зачет	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №50 Совершенствование перехода с одного хода на другой	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №51 Лыжные гонки на 1 км	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №52 Совершенствование спусков со склона с поворотами и торможением	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №53 Лыжные гонки 2 км	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,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
			МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №54 Прохождение дистанции до 5 км	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №55 Лыжные гонки на 3 км	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №56 Лыжные гонки на 5 км. Прохождение дистанции до 5 км без учета времени	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники бега на лыжах	*7*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 7.	**Профессионально-прикладная физическая подготовка**	***22***			
Тема 7.1 Физическая культура в профессиональной деятельности	**Содержание учебного материала**	***22***			
	Практическое занятие №57. Силовые упражнения на снарядах	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №58. Силовые упражнения на снарядах	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №59. Совершенствование координации движений	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №60. Совершенствование координации движений	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №61. Проведение учета двигательной подготовленности	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №62. Проведение учета двигательной подготовленности	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	

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
	Практическое занятие №63. Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №64. Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №65. Совершенствование вестибулярной устойчивости	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №66. Совершенствование вестибулярной устойчивости	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №67. Совершенствование акробатической подготовки	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №68. Совершенствование акробатической подготовки	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №69. Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №70. Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №71. Совершенство упражнений на перекладине	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №72. Совершенство упражнений на перекладине	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		

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
	Практическое занятие №73. Силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №74. Силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
	Практическое занятие №75. Совершенство упражнений по гимнастики	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №76. Совершенство упражнений по гимнастики	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №77. Совершенство упражнений по акробатике	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Практическое занятие №78. Совершенство упражнений по акробатике	*1*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04 ЛР06,ЛР07,ЛР09,ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09	ОК01,ОК06,ОК08, ОК,09,ОК011,ОК12 ОК13, ПК 4.2.	
	Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельное применение средств физического воспитания Совершенствование выполнения упражнений	 *5* *6*	ПРб.02,ПРб.03,ПРб.04, ЛР11, ЛР12, ЛР13 МР01,МР02,МР03,МР09		
Раздел 8.	**Спортивные игры. Волейбол**	***18***			
Тема 8.1 Волейбол	**Содержание учебного материала**	***18***			
	Практическое занятие №79. Совершенствование подачи	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №80. Совершенствование подачи	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №81. Совершенствование	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,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
	приема мяча в зону 3		МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №82. Совершенствование приема мяча в зону 3	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №83. Совершенствование второй передачи в зону «, 4	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №84. Совершенствование второй передачи в зону «, 4	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №85. Совершенствование нападающего	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №86. Совершенствование нападающего	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №87. Совершенствование техники блокирования	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №88. Совершенствование техники блокирования	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №89. Учебно-тренировочные игры	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №90. Учебно-тренировочные игры	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №91. Работа на тренажере	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №92. Работа на тренажере	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №93. Силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №94. Силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		

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
	Практическое занятие №95. Совершенствование групповой игры	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №96. Контрольная игра 6х6	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование приемов мяча Основы мер безопасности	 *2* *1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 9.	**Спортивные игры. Баскетбол**	**10**			
Тема 9.1 Баскетбол	**Содержание учебного материала**	***10***			
	Практическое занятие №97. Совершенствование ловли мяча после отскока мяча	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое.
	Практическое занятие №98. Совершенствование передачи одной рукой в движении	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №99. Совершенствование тактических действий в защите	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №100. Совершенствование тактических действий в нападении	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №101. Учебно-тренировочные игры	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №102. Совершенствование техники бросков	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №103. Совершенствование техники ведения игры	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №104. Скоростная силовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №105. Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		

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
	Практическое занятие №106. Совершенствование техники судейств	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование приемов мяча Основы мер безопасности	 *4* *1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Раздел 10.	**Легкая атлетика**	**8**			
Тема10.1 Легкая атлетика	**Содержание учебного материала**	***8***			
	Практическое занятие №107.Совершенствование прыжка в длину	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		**ЛРВР 07** Гражданское **ЛРВР 9.1** Физическое **ЛРВР 9.2** Физическое
	Практическое занятие №108.Совершенствование метания гранаты	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №109.Кроссовая подготовка	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №110.Контрольный норматив. Граната	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №111.Контрольный норматив прыжок в длину	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №112.Совершенствование техники бега средней дистанции	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №113.Работа на тренажерах	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Практическое занятие №114.Совершенствование двигательной подготовки	*1*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование тренировочного процесса	*4*	ПРб.02,ПРб.03, ПРб.05, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 11,ЛР12 МР 01, МР 02, МР03,МР 09		
Промежуточная аттестация. **Практическое занятие №115. Дифференцированный зачет**		***1***			
	Всего:	***173***			

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебного предмета требует наличия спортивного зала, тренажерного зала, спортивной площадки.

Оборудование спортивного зала:

-Лыжи – 25 пар,

-гимнастический мостик – 2 шт.,

-гимнастическое бревно – 1 шт.,

-мячи: волейбольные, футбольные, баскетбольные,

-сетка волейбольная - 1 шт.,

-щиты баскетбольные - 2 шт., кольцо баскетбольное - 2 шт.,

-скамья для пресса вогнутая,

-столы для настольного тенниса – 2 шт.,

-маты 8 – шт.

Информационное обеспечение обучения

(***перечень рекомендуемых*** *учебных изданий согласно федеральному перечню учебников* ***https://fpu.edu.ru*** , Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)

Основные источники

1.Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah

2.Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Г.И. Погадаев. — М.: ДРОФА / Учебник, 2019. — 288 с. https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-pogadaev

Для студентов

1.Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah

2.Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Г.И. Погадаев. — М.: ДРОФА / Учебник, 2019. — 288 с. https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-pogadaev

Дополнительные источники

Для преподавателей

2.Бирюкова А.А. Спортивный массаж: учебник для вузов. — М., 2020.

3.Бишаева А.А., Зимин В.Н. Физическое воспитание и валеология: учебное пособие для студентов вузов: в 3 ч. Физическое воспитание молодежи с профессиональной и валеологической направленностью. — Кострома, 2020.

4.Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология: учебный практикум. — М., 2019.
5.Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Егоров С. С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя,И. С. Барчукова. — М., 2020.
6.Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ.ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2019.
7.Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2019.
8 Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в ред. От 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)
9.Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. N 1578 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N413"

Для студентов

2.Бирюкова А.А. Спортивный массаж: учебник для вузов. — М., 2020.
3.Бишаева А.А., Зимин В.Н. Физическое воспитание и валеология: учебное пособие для студентов вузов: в 3 ч. Физическое воспитание молодежи с профессиональной и валеологической направленностью. — Кострома, 2020.
4.Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология: учебный практикум. — М., 2019.
5.Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Егоров С. С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя,И. С. Барчукова. — М., 2020.

6.Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ.ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2019.
7.Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2019.

Перечень Интернет-ресурсов

www. minstm. gov. ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
www. edu. ru (Федеральный портал «Российское образование»).
www. olympic. ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).
www. goup32441. narod. ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПРб)	Методы оценки
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)	тестирование (теоретическое) оценка результатов выполнения практической работы экспертное наблюдение выполнения практических работ
ПРб.02 Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью	тестирование (теоретическое) оценка результатов выполнения практической работы экспертное наблюдение выполнения практических работ
ПРб.03 Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств	оценка результатов выполнения практической работы экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях
ПРб.04 Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности	экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях
ПРб.05 Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности	экспертное наблюдение выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности контрольное тестирование, контрольные упражнения

Приложение 1

Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету

1) Адаптации человеческого организма к физическим нагрузкам.
2) Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
3) Атлетическая гимнастика и ее влияние на организм человека.
4) Бег, как средство укрепления здоровья.
5) Виды массажа
6) Виды физических нагрузок, их интенсивность.
7) Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий.
8) Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
9) Возникновение парусного спорта в России.
10) Возраст, росто-весовые показатели и мастерство гимнастов-юниоров.
11) Воспитание основных физических качеств человека (определение понятия, методика воспитания качества).
12) Всемирные юношеские игры 1998 года и участие в них уральских спортсменов.
13) Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха; биологические ритмы и сон; наука о весе тела и питании человека.
14) Гиподинамия – что это такое?
15) Двигательный режим и его значение.
16) Движение в пространстве, пространство движения и геометрический образ движения: опыт топологического подхода.
17) Женщина в современном спорте высших достижений.
18) Индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями.
19) Индивидуальный подход к формированию здорового стиля жизни.
20) История возникновения и развития Олимпийских игр.
21) Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
22) Культура поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований.
23) Мировой кёрлинг в новом олимпийском цикле.
24) Мышцы живота, брюшной пресс и его значение.
25) Научная организация труда: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
26) Новое увлечение Голливуда — будокон.

27) Обзор методов оздоровления.

28) Объективные и субъективные приемы самоконтроля при выполнении физических упражнений.

29) Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.

30) Оздоровительная физическая культура.

31) Оптимизация технического оснащения спортивного сооружения.

32) Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.

33) Основы здорового образа жизни.

34) Основы спортивной тренировки.

35) Особенности баскетбольной тренировки.

Приложение 2

Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
ОК.01 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ПК.4.2.Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь.	ЛР 11. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков. ЛР 12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь	МР 01Умение 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
ОК 08 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ОК.09 Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности. ОК 12 Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности	ЛР 11. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков. ЛР 12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь	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 03. Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
ОК 13 Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей		самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания МР 09.Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения
ОК 06 Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. . ПК.4.2.Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь	ЛР 06. Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям. ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности	МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
ОК.01 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	ЛР 09. Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию	МР 01Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
ПК.4.2.Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь	как условию успешной профессиональной и общественной деятельности 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.	осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях

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
ОП.07. Основы социальной медицины уметь: анализировать медико-социальные условия жизни человека, семьи или группы людей, выявлять медико-социальные проблемы; осуществлять взаимодействия в структуре отечественной системы здравоохранения и социальной защиты для решения медико-социальных проблем населения; знать: типы и формы социальных объединений, связи и отношения людей в социальных общностях; основные категории социальной медицины; формы медико-социальной помощи населению; этапы и особенности социальной работы в медико-социальной сфере; ОП.08. Безопасность жизнедеятельности уметь: оказывать первую помощь пострадавшим;	ПМ.04 Выполнение работ по должности служащего 26527 Социальный работник МДК 04.02. Социально-медицинские основы профессиональной деятельности ПК 4.2. Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь. **практический опыт:** - оказания первой медицинской помощи, лицам пожилого возраста и инвалидам на дому; - содействия в получении социально-медицинских, услуг лицам пожилого возраста и инвалидам; **уметь:** - выявлять факторы гигиенического и экологического риска для клиента; - выявлять основные проблемы физического	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	**Раздел 7 Профессионально-прикладная физическая подготовка** **Физическая культура в профессиональной деятельности** **Практическое занятие №59.** Совершенствование координации движений **Практическое занятие №60.** Совершенствование координации движений **Практическое занятие №61.** Проведение учета двигательной подготовленности **Практическое занятие №62.** Проведение учета двигательной подготовленности **Практическое занятие №63.** Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса **Практическое**

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
знать: порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	здоровья клиента; - оказывать помощь клиенту в поддержании личной гигиены; **знать:** - основные понятия и категории социальной медицины; - формы медико-социальной помощи населению; - анатомо-физиологические особенности организма человека; - основные симптомы заболеваний; - особенности состояния здоровья, болезней, диетотерапии лиц пожилого и старческого возраста; - санитарно-гигиенические требования по уходу за лицами пожилого возраста и инвалидами на дому;	деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности	**занятие №64.** Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса **Практическое занятие №65.** Совершенствование вестибулярной устойчивости **Практическое занятие №66.** Совершенствование вестибулярной устойчивости **Практическое занятие №67.** Совершенствование акробатической подготовки **Практическое занятие №68.** Совершенствование акробатической подготовки **Практическое занятие №75.** Совершенство упражнений по гимнастики **Практическое занятие №76.** Совершенство упражнений по гимнастики **Практическое занятие №77.** Совершенство упражнений по акробатике **Практическое занятие №78.** Совершенство упражнений по акробатике

Приложение 4

Учебные занятия с использованием
активных и интерактивных форм и методов обучения студентов
по предмету Физическая культура

№ п/п	Тема учебного занятия	Активные и интерактивные формы и методы обучения
1.	Совершенствование прыжков в высоту способом перешагивания	Практикум
2.	Совершенствование попеременного двухшажного хода	Практикум
3.	Кроссовая подготовка	Урок-игра
4.	Разучивание нападающего удара	Презентация
5.	Учебно-тренировочные игры	Урок с применением ИКТ технологии