

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП 06. Физическая культура

ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

по специальности: 35.02.07 Механизация сельского хозяйства

квалификация: техник-механик

Срок обучения: 3 года 10 месяцев

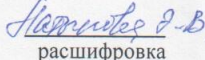
с.Обшаровка, 2019г.

Рассмотрена
на заседании
методической комиссии

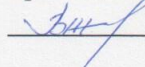
Протокол № 8
от «20» мая 2019г.

Председатель


подпись


расшифровка

Разработчик:
преподаватель

 Жоголев В.А.

Составлена на основании ФГОС
3-го поколения по программе
подготовки специалистов
среднего звена по специальности
35.02.07 Механизация сельского
хозяйства и прикладной
программы учебного предмета
Физическая культура



Утверждаю:
Зам. директора по УПР

Монина Е.В.

«20» мая 2019 г.

Рабочая программа учебного предмета ОУП.06 Физическая культура разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования, федерального государственного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) по специальности 35.02.07 Механизация сельского хозяйства, рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), примерной программы учебного предмета ОУП.06 Физическая культура для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 5 |
| 1.1. Область применения программы учебного предмета | 5 |
| 1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы | 5 |
| 1.3. Планируемые результаты освоения учебного предмета | 6 |
| 1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета ... | 9 |
| 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ | 10 |
| 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы | 10 |
| 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета | 11 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 17 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 18 |

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы учебного предмета

Программа учебного предмета Физическая культура является частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО – программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования: 35.02.07 Механизация сельского хозяйства технического профиля среднего профессионального образования.

1.2. Место учебного предмета в структуре ППССЗ

Учебный предмет является предметом общеобразовательного цикла в соответствии с техническим профилем среднего профессионального образования.

Учебный предмет относится к предметной области ФГОС среднего общего образования Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности общей из обязательных предметных областей.

Уровень освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

Реализация содержания учебного предмета предполагает соблюдение принципа строгой преемственности по отношению к содержанию курса Физическая культура на ступени основного общего образования.

В то же время учебный предмет Физическая культура для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

Рабочая учебная программа учебного предмета Физическая культура имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными предметами «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности»

Изучение учебного предмета Физическая культура завершается промежуточной аттестацией в форме *дифференцированного зачета* в рамках освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

1.3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите;

метапредметные результаты:

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

предметные результаты:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Освоение содержания учебного предмета Физическая культура обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования общих компетенций.

| | |
|--|---|
| Виды универсальных учебных действий | Общие компетенции в соответствии с ФГОС СПО по специальности |
|--|---|

| | |
|--|--|
| <p>Личностные обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях</p> | <p>ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес, ОК3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность, ОК8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> |
| <p>Регулятивные: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль (коррекция), саморегуляция, оценка (обеспечивают организацию обучающимися своей учебной деятельности)</p> | <p>ОК2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество, ОК3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> |
| <p>Познавательные обеспечивают исследовательскую компетентность, умение работать с информацией</p> | <p>ОК4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности, ОК9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p> |
| <p>Коммуникативные обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми</p> | <p>ОК6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями, ОК7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.</p> |

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 173 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 117 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 56 часов.

В том числе часов **вариативной части** учебных циклов *ППССЗ*:
не предусмотрено.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|--|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 173 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 117 |
| в том числе: | |
| лабораторные занятия | - |
| практические занятия | 117 |
| контрольные работы | - |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 56 |
| в том числе: | |
| проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями | 20 |
| выполнение практических контрольных тестов | 36 |
| <i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i> | |

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Вид учебной работы | Количество часов |
|--|--------------------------|
| Аудиторные занятия. Содержание обучения. | Специальности СПО |
| 1. Физическая культура | 2 |
| 2. Легкая атлетика | 8 |
| 3. Спортивные игры. Волейбол | 10 |
| 4. Спортивные игры. Баскетбол | 10 |
| 5. Гимнастика | 16 |
| 6. Лыжная подготовка | 12 |
| 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка | 21 |
| 8. Спортивные игры. Волейбол | 18 |
| 9. Баскетбол | 10 |
| 10. Легкая атлетика. | 9 |
| Дифференцированный зачет | 1 |
| Итого | 117 |
| Внеаудиторная самостоятельная работа | |
| Совершенствование техники выполнения спортивных упражнений и технических приемов | 56 |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета | |
| Всего | 173 |

2.2. Содержание учебного предмета Физическая культура

| Наименование разделов и тем | | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
|--|----|---|-------------|------------------|
| 1 | | 2 | 3 | 4 |
| Тема 1. Физическая культура | | Содержание учебного материала | 2 | |
| | 1 | 1.Входящий контроль по сдаче нормативов по легкой атлетике | 1 | 1 |
| | 2 | 2. Входящий контроль по сдаче нормативов по легкой атлетике | 1 | 1 |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы. | 1 | |
| | | Основы мер безопасности | 1 | |
| Тема 2. Легкая атлетика | | Содержание учебного материала | 8 | |
| | | Практические занятия 1-8 | | |
| | 3 | 1. Совершенствование низкого старта и стартового разгона | 1 | |
| | 4 | 2. Совершенствование высокого старта и финиширования | 1 | |
| | 5 | 3. Совершенствование техники бега на короткие дистанции (100 м) | 1 | |
| | 6 | 4. Совершенствование техники эстафетного бега | 1 | |
| | 7 | 5. Совершенствование техники бега на средние дистанции | 1 | |
| | 8 | 6. Совершенствование бега по прямой с различной скоростью | 1 | |
| | 9 | 7. Совершенствование прыжков в высоту способом перешагивания | 1 | |
| | 10 | 8. Совершенствование прыжков в высоту перекидным способом | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 6 | |
| | | Совершенствование техники бега | 6 | |
| Тема 3. Спортивные игры. Волейбол | | Содержание учебного материала | 10 | |
| | | Практические занятия 9-18 | | |
| | 11 | 1. Разучивание приемов мяча с подачи | 1 | |
| | 12 | 2. Разучивание передач из зон 1,6,5 в зону 3 | 1 | |
| | 13 | 3. Разучивание верхней прямой подачи | 1 | |
| | 14 | 4. Разучивание нападающего удара | 1 | |
| | 15 | 5. Учебная игра | 1 | |
| | 16 | 6. Совершенствование техники приема мяча | 1 | |
| | 17 | 7. Совершенствование передачи мяча | 1 | |
| | 18 | 8. Совершенствование техники подачи мяча | 1 | |
| | 19 | 9. Контрольная игра 6х6 | 1 | |
| | 20 | 10 Совершенствование техники игры командой | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 5 | |
| | | Совершенствование техники игры | 5 | |
| Тема 4 Спортивные игры. Баскетбол | | Содержание учебного материала | 10 | |
| | | Практические занятия 19-28 | | |

| | | | | |
|----------------------------------|-------|---|-----------|--|
| | 21 | 1. Разучивание ловли мяча от щита | 1 | |
| | 22 | 2. Разучивание ведения мяча с изменением отскока и скорости | 1 | |
| | 23 | 3. Совершенствование различных передач в движении | 1 | |
| | 24 | 4. Совершенствование бросков мяча в корзину с разных точек | 1 | |
| | 25 | 5. Разучивание тактических действий в защите | 1 | |
| | 26 | 6. Разучивание тактических действий в нападении | 1 | |
| | 27 | 7. Учебная игра | 1 | |
| | 28 | 8. Совершенствование передачи мяча в нападении | 1 | |
| | 29 | 9. Совершенствование техники игры в защите | 1 | |
| | 30 | 10. Работа на тренажерах | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 6 | |
| | | Самостоятельное применение средств физического воспитания | 6 | |
| Тема 5. Гимнастика | | Содержание учебного материала | 16 | |
| | | Практические занятия 29-44 | | |
| | 31 | 1. Вводный урок. ТБ | 1 | |
| | 32 | 2. Разучивание: длинного кувырка вперед через препятствие 90 см. (м); перекатом стойка на лопатках (д) | 1 | |
| | 33 | 3. Разучивание: - стойки на голове и руках и руках силой (м); из стойки на лопатках переворот назад в полуштанг (д) | 1 | |
| | 34 | 4. Разучивание соединения из 3-4 элементов | 1 | |
| | 35 | 5. Совершенствование лазания по канату | 1 | |
| | 36 | 6. Разучивание опорного прыжка | 1 | |
| | 37 | 7. Совершенствование упражнений с гантелями | 1 | |
| | 38 | 8. Совершенствование упражнений у гимнастической стенки | 1 | |
| | 39 | 9. Зачет по технике выполнения упр. по гимнастике | 1 | |
| | 40 | 10. Сдача нормативов по гимнастике | 1 | |
| | 41 | 11. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста | 1 | |
| | 42-43 | 12/13. Работа на тренажерах | 2 | |
| | 44 | 14. Силовая подготовка | 1 | |
| | 45 | 15. Работа на тренажерах | 1 | |
| | 46 | 16. Сдача контрольных нормативов | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 8 | |
| | | Техника выполнения силовых упражнений | 8 | |
| Тема 6. Лыжная подготовка | | Содержание учебного материала | 12 | |
| | | Практические занятия 45-56 | | |
| | 47 | 1. Вводный урок. ТБ. Подбор лыжного инвентаря | 1 | |
| | 48 | 2. Совершенствование попеременного двухшажного хода | 1 | |
| | 49 | 3. Совершенствование одновременного бесшажного хода | 1 | |
| | 50 | 4. Совершенствование одновременного одношажного хода | 1 | |

| | | | | |
|---|-------|---|-----------|--|
| | 51 | 5. Дифференцированный зачет | 1 | |
| | 52 | 6. Совершенствование перехода с одного хода на другой | 1 | |
| | 53 | 7. Лыжные гонки на 1 км | 1 | |
| | 54 | 8. Совершенствование спусков со склона с поворотами и торможением | 1 | |
| | 55 | 9. Лыжные гонки 2 км | 1 | |
| | 56 | 10. Прохождение дистанции до 5 км | 1 | |
| | 57 | 11. Лыжные гонки на 3 км | 1 | |
| | 58 | 12. Лыжные гонки на 5 км. Прохождение дистанции до 5 км без учета времени | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 7 | |
| | | Совершенствование техники бега на лыжах | 7 | |
| Тема 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка | | Содержание учебного материала | 21 | |
| | | Практические занятия 57-65- | | |
| | 59-60 | 1-2 Силовые упражнения на снарядах | 2 | |
| | 61-62 | 3-4 Совершенствование координации движений | 2 | |
| | 63-64 | 5-6 Проведение учета двигательной подготовленности | 2 | |
| | 65-66 | 7-8 Совершенствование упражнений для верхнего плечевого пояса | 2 | |
| | 67-68 | 9-10 Совершенствование вестибулярной устойчивости | 2 | |
| | 69-70 | 11-12 Совершенствование акробатической подготовки | 2 | |
| | 71-72 | 13-14 Работа на тренажерах | 2 | |
| | 73-74 | 15-16 Совершенство упражнений на перекладине | 2 | |
| | 75-76 | 17-18 Силовая подготовка | 2 | |
| | 77-78 | 19-20 Совершенство упражнений по гимнастике | 2 | |
| | 79 | 21 Совершенство упражнений по акробатике | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 11 | |
| | | Самостоятельное применение средств физического воспитания | 6 | |
| | | Совершенствование выполнения упражнений | 5 | |
| Тема 8. Спортивные игры. Волейбол | | Содержание учебного материала | 18 | |
| | | Практические занятия 66-83 | | |
| | 80-81 | 1-2 Совершенствование подачи | 2 | |
| | 82-83 | 3-4 Совершенствование приема мяча в зону 3 | 2 | |
| | 84-85 | 5-6 Совершенствование второй передачи в зону «, 4 | 2 | |
| | 86-87 | 7-8 Совершенствование нападающего | 2 | |
| | 88-89 | 9-10 Совершенствование техники блокирования | 2 | |
| | 90-91 | 11-12 Учебно-тренировочные игры | 2 | |
| | 92-93 | 13-14 Работа на тренажере | 2 | |
| | 94-95 | 15-16 Силовая подготовка | 2 | |
| | 96 | 17 Совершенствование групповой игры | 1 | |
| | 97 | 18. Контрольная игра бхб | 1 | |

| | | | | |
|----------------------------------|---------|---|------------|--|
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 3 | |
| | | Совершенствование приемов мяча | 2 | |
| | | Основы мер безопасности | 1 | |
| Тема 9. Баскетбол | | Содержание учебного материала | 10 | |
| | | Практические занятия 84-93 | | |
| | 98 | 1. Совершенствование ловли мяча после отскока мяча | 1 | |
| | 99 | 2. Совершенствование передачи одной рукой в движении | 1 | |
| | 100 | 3. Совершенствование тактических действий в защите | 1 | |
| | 101 | 4. Совершенствование тактических действий в нападении | 1 | |
| | 102 | 5. Учебно-тренировочные игры | 1 | |
| | 103 | 6. Совершенствование техники бросков | 1 | |
| | 104 | 7. Совершенствование техники ведения игры | 1 | |
| | 105 | 8. Скоростная силовая подготовка | 1 | |
| | 106 | 9. Работа на тренажерах | 1 | |
| | 107 | 10. Совершенствование техники судейств | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 5 | |
| | | Совершенствование приемов мяча | 4 | |
| | | Основы мер безопасности | 1 | |
| Тема 10. Легкая атлетика. | | Содержание учебного материала | 10 | |
| | | Практические занятия 94-115 | | |
| | 108 | 1. Совершенствование прыжка в длину | 1 | |
| | 109 | 2. Совершенствование метания гранаты | 1 | |
| | 110 | 3. Кроссовая подготовка | 1 | |
| | 111 | 4. Контрольный норматив. Граната | 1 | |
| | 112 | 5. Контрольный норматив прыжок в длину | 1 | |
| | 113 | 6. Совершенствование техники бега средней дистанции | 1 | |
| | 114-115 | 7/8. Работа на тренажерах | 2 | |
| | 116 | 9. Контроль двигательной подготовки | 1 | |
| | 117 | 10. Дифференцированный зачет. | 1 | |
| | | Тематика внеаудиторной самостоятельной работы | 4 | |
| | | Совершенствование тренировочного процесса | 4 | |
| | | Итого за первый курс | 117 | |
| | | Итого внеаудиторная самостоятельная работа | 56 | |
| | | Всего | 173 | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

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

Оборудование спортивного зала: мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные; скакалки, обруч, шведская лестница, гимнастические маты, перекладина, брусья, гимнастический козел, гимнастический конь, гимнастический мостик.

Технические средства обучения: секундомер, фотоаппарат.

3.2. Информационное обеспечение

Информационное обеспечение обучения содержит перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники

Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М., 2017

Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.–М.,2017

Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

Для преподавателей

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.)

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"

Дополнительные источники

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., 2010.

Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2011.

Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

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.gour32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009)).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенные умения, направленные на приобретение общих компетенций.

| Результаты обучения (предметные) на уровне учебных действий | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|---|
| обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях | Проверка и оценка результатов выполнения тестирования |
| целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль (коррекция), саморегуляция, оценка (обеспечивают организацию обучающимися своей учебной деятельности) | Проверка и оценка тестовых заданий |
| обеспечивают исследовательскую компетентность, умение работать с информацией | приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации с использованием различных источников и новых информационных технологий; |
| обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми | Формировать умения обобщать результаты своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; |