Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Чирикова Лилия Ивановна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 11.05.2021 11:07:12
Уникальный программный ключ:
750e77999bb0631a45cbf7b4a579c1095bcef032814fae01013bf75a4ce0cad5

		безопасности на уроках ФК. Контрольный тест. Прыжки в длину с места. Отжимание. 1.20 Бег на короткие дистанции. Высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование 1.19 Контрольный урок. Бег 100м 1.22 Равномерный бег на дистанцию 2000м (девушки) и 3000м (юноши) 1.21 Бег на пересеченной местности. Юноши 3000м. Девушки 2000м. 1.22 Контрольный урок. Бег на выносливость без учета времени. Юноши 5000м. Девушки 3000м.		3.1, 3.2 ОК.02, ОК.03, ОК.06	октябрь	сектор для прыжков в длину.	безопасности на уроках ФК, сдал контрольный тест, изучил тактику бега на короткие дистанции. Изучил тактику бега по пересеченной местности. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования
Всего по модулю:			44				
«Футбол»	1	1.1 Правила игры. Техника безопасности игры. Остановка мяча ногой, грудью. Игра по упрощенным	8	У.1 3.1, 3.2 ОК.02, ОК.03, ОК.06	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил правила игры, технику безопасности игры, остановку мяча ногой, грудью. Изучил методику удара по летящему

		правилам. 1.2 Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги. Игра по упрощенным правилам. 1.3 Отбор мяча, обманные движения. Игра по правилам. 1.4 Удары головой на месте и в прыжке. Техника игры вратаря. Игра по правилам.					мячу ногой. Изучил отбор мяча и обманные движения в футболе. Изучил правила удара головой на месте и в прыжке. Изучил технику игры вратаря. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
	2						
		1.5Техника игры в нападении. Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча 1.6Техника игры в защите. Индивидуальные действия игроков 1.7 Техника игры в нападении. Индивидуальные действия игроков	6	У.1 З.1, З.2 ОК.02, ОК.03, ОК.06	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил технику игры в нападении, перемещение по полю, ведение мяча. Изучил технику игры в защите, индивидуальные действия игроков. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.

	3	1.8 Тактика игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия). Учебная игра. Судейство в учебных и командных играх. 1.9 Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра. Судейство в учебных и командных играх.	4	У.1 З.1, 3.2 ОК.02, ОК.03, ОК.06	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил тактику игры в нападении. Изучил тактику игры в защите. Изучил правила судейства в учебных и командных играх.. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
Всего по модулю:			18				
Итого по сетевой программе:			62				

3.8 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте) (ФГОС актуализированный)

Модуль	Целевая аудитория обуч-ся (курс)	№ п/п. Тема: дидактические единицы	Аудиторных часов	Формируемые умения, знания, компетенции (У,З,ОК,ПК)	Сроки реализации (месяц)	Место реализации занятий: оснащение	Ожидаемые результаты
«Легкая атлетика»	1	1.1Спринт. Развитие анаэробных качеств организма. Высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование. Бег на 30 м. Бег на 60 м. Подвижные игры. 1.2 Спринт. Специальные упражнения бегуна. Бег 100 м, эстафетный бег 4×100 м; бег по прямой с различной скоростью. Подвижные игры. 1.3Контрольный урок. Бег на 100 м. Подвижные игры. 1.4Метание гранаты. Техника	10	У.1, У2, У3 З.1, З.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	сентябрь октябрь	Сооружение-Стадион 410054 г. Саратов, ул. Политехническая, д. 7 Беговые дорожки, колодки для бега, барьеры, эстафетные палочки, секундомер, площадка для метания гранаты, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование на коротких дистанциях. Изучили правильную передачу эстафетной палочки. Изучили технику метания гранаты. Сдал контрольный тест. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образовани

		разбега. Техника метания гранаты 1.5Контрольный урок. Метание гранаты. Юноши 700 гр. Девушки 500 гр.					
		1.6Техника бега на длинные дистанции. Развитие аэробных качеств организма Подвижные игры. 1.7 Бег по пересеченной местности. Подвижные игры 1.8Контрольный урок. Бег 500 м. девушки. 1000 м. юноши. Подвижные игры. 1.9 Бег на различных участках с разной интенсивностью. Подвижные игры 1.10 Тактика бега на длинные дистанции. Старт. Движение по дистанции. Финиширование. Подвижные игры. 1.11Контрольн	12	У.1, У2, У3 З.1, З.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	май июнь	Беговые дорожки, колодки для бега, барьеры, эстафетные палочки, секундомер, площадка для метания гранаты, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил технику бега на длинные дистанции. Изучил технику бега по пересеченной местности. Сдал контрольный тест. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.

		ый урок. Бег 2000 м. девушки. 3000 м. юноши. Подвижные игры					
	2	1.12 Техника безопасности на уроках ФК. Контрольный тест. Прыжки в длину с места. Отжимание. 1.13 Бег на короткие дистанции. Техника бега. Бег на 100 м. 1.14 Кроссовый бег. Старт. Стартовое ускорение. 1.15 Кроссовый бег. Бег на различных участках. 1.16 Контрольный урок: 500 м. девушки, 1000 м. юноши.	10	У.1, У2, У3 З.1, З.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	сентябрь октябрь	Беговые дорожки, колодки для бега, эстафетные палочки, сектор для прыжков в длину.	Изучил технику безопасности на уроках ФК. Прошел контрольный тест. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
	3	1.17 Техника безопасности на уроках ФК. Контрольный тест. Прыжки в длину с места. Отжимание. 1.18 Техника бега на короткие дистанции. Низкий старт. Стартовые упражнения. Бег на 60 м.	10	У.1, У2, У3 З.1, З.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	сентябрь октябрь	Беговые дорожки, сектор для прыжков в длину.	Изучил технику безопасности на уроках ФК, технику бега на короткие дистанции, по пересеченной местности. Сдал контрольный тест. Изучил тактику бега по пересеченной местности. Обучающийся качественно освоил

		1.19Контрольный урок. Бег 100 м. 1.20 Бег на пересеченной местности. Юноши 3000м. Девушки 2000м. 1.21 Контрольный урок. Бег на выносливость без учета времени. Юноши 5000м. Девушки 3000м.					умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования
Всего по модулю:			42				
«Футбол»							
	1	1.2 Правила игры. Техника безопасности игры. Остановка мяча ногой, грудью. Игра по упрощенным правилам. 1.2Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги. Игра по упрощенным правилам. 1.3 Удары головой на месте и в прыжке. Техника игры вратаря. Игра по правилам. 1.4 Отбор мяча, обманные	8	У.1, У2, У3 З.1, 3.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил правила игры, технику безопасности, остановку мяча ногой, грудью. Изучил удар по летящему мячу ногой. Изучил отбор мяча и обманные движения в футболе. Изучил правила ударов головой по мячу на месте и в прыжке. Изучил технику игры вратаря. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных

		движения. Игра по правилам					требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
	2						
		1.5 Техника игры в нападении. Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. 1.6 Техника игры в защите. Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. 1.7 Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой. 1.8 Игра вратаря. Двухсторонняя игра. 1.9 Техника игры в защите. Индивидуальные действия игроков. 1.10 Техника игры в нападении. Индивидуальные действия игроков.	12	У.1, У2, У3 З.1, 3.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил технику игры в нападении, перемещение по полю, ведение мяча, передачу мяча. Изучил технику игры в защите, перемещение по полю, ведение мяча, передачи мяча, удары по мячу ногой, головой , остановка мяча ногой, индивидуальные действия игроков. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
	3						
		1.11 Тактика игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия). Учебная игра. Судейство в учебных и командных	4	У.1, У2, У3 З.1, 3.2, З3, З4 ОК.04, ОК.08	май июнь	Беговые дорожки, секундомер, площадка для подвижных игр, футбольное поле, мяч футбольный, мяч волейбольный.	Изучил тактику игры в нападении. Изучил тактику игры в защите. Изучил правила судейства в учебных и командных играх, технику и тактику игры

		играх. 1.12 Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра. Судейство в учебных и командных играх.					вратаря. Обучающийся качественно освоил умения, знания и сформировал элементы общих компетенций, установленных требованиями ФГОС СПО и ФГОС среднего общего образования.
Всего по модулю:			24				
Итого по сетевой программе:			66				

4 Критерии оценки

Оценивание в ходе текущего контроля освоения программы производится по 5-балльной системе

Оценка	Критерии	Индикатор
5 «отлично»	Ответ полный и правильный на основании изученных тем; материал изложен в определенной логической последовательности: ответ самостоятельный. Контрольный тест по лёгкой атлетике сдан на оценку 5	Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (таблица);
4 «хорошо»	Ответ полный и правильный на основании изученных тем; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя. Контрольный тест по лёгкой атлетике сдан на оценку 4	Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (таблица);
3 «удовлетворительно»	Ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка, или неполный, несвязный. Контрольный тест по лёгкой атлетике сдан на оценку 3	Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (таблица);
2 «неудовлетворительно»	При ответе обнаружено непонимание студентом основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые студент не смог исправить при наводящих вопросах преподавателя. Контрольный тест по лёгкой атлетике не сдан	Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (таблица);

Контрольные тесты

для оценки физической подготовленности студентов

основной медицинской группы

№	Вид упражнения	Оценка	юноши			девушки		
			1 курс	2 курс	3 курс	1 курс	2 курс	3 курс
1	Бег 100 м. (сек.)	5	14.2	13,9	13,5	17.2	16,7	16,3
		4	14.8	14,5	14,1	18.2	17,7	17,3
		3	15.5	15,0	14,8	19.2	18,7	18,3
2	Кросс 500 м. дев.	5	3.50	3,40	3,30	2.05	1,57	1,54
	1000м. юн.	4	4.10	3,55	3,45	2.15	2,12	2,10
	(мин. сек.)	3	4.40	4,20	4,15	2.35	2,25	2,20
3	Кросс 2000 м. дев.	5	13.50	13,30	13,00	11.20	11,00	10,40
	3000 м. юн. (мин.	4	14.50	14,30	14,00	11.50	11,40	11,20
	сек.)	3	15.50	15,30	15,00	12.30	12,20	12,10
4	Прыжок в длину с	5	225	235	242	170	178	183
	места (см.)	4	210	220	230	160	165	170
		3	190	205	210	145	150	152

5. Методическое обеспечение программы

В процессе реализации сетевой образовательной программы используются следующие методические материалы: примерная рабочая программа по дисциплине физическая культура, рабочая программа по дисциплине физическая культура, КИМы, программа внеаудиторной самостоятельной работы, методические указания по выполнению внеклассной самостоятельной работе, методические указания по выполнению внеклассной внеаудиторной работе (общие указания).

6. Список литературы

Матвеев А.П. Физическая культура (базовый уровень) 10-11 АО "Издательство "Просвещение"

Лечебная физическая культура с массаж: учебник/ Бурякин Ф.Г. , Мартынихин В.С.- – Москва: КноРус, 2019. – 278 с – (СПО). – ISBN 978-5-406-06454-2/-URL: Режим доступа: https://www.book.ru/book/ 930508

Виленский, М.Я. Физическая культура : учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва : КноРус, 2018. — 181 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-05218-1. — URL:

https://book.ru/book/919382

Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242

7. Интернет-ресурсы

Спорт для всех
http://ru-sports.com/sports Спортивные дисциплины.

Сайт Министерства молодёжной политики спорта и туризма Саратовской области
http://www.sport.saratov.gov.ru/sport/ Массовый спорт. ЗОЖ. ГТО.