Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Чирикова Лилия Ивановна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 26.10.2026 10:55:02
Уникальный программный ключ:
750e77999bb0631a45cbf7b4a579c1095bcef032814fee919138f77a4cc0ad5

Приложение
ОПОП-ППССЗ по специальности
27.02.03Автоматика и телемеханика на транспорте
(железнодорожном транспорте)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Базовая подготовка среднего
профессионального образования
(год начала подготовки: 2023)

СОДЕРЖАНИЕ

СТР.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1.Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплиныявляется частью программы среднего (полного) общего образования по специальности СПОпо специальности 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте)

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП-ППССЗ:

В учебных планах ОПОП-ППССЗ учебная дисциплина физическая культура входит в состав общих учебных предметов, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО. С учётом профиля осваиваемой специальности данный учебный предмет реализуется на 1 курсе.

1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человечества;
- основы здорового образа жизни.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен сформировать следующие общие компетенции:

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

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

В рамках программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов:

В рамках программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов:

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях;

ЛР 19.Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда;

ЛР 21.Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся;

ЛР 22. Приобретение навыков общения и самоуправления.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**176**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	не предусмотрено
в том числе	
лабораторные занятия	не предусмотрено
теоретические занятия	-
практические занятия	164
контрольные работы	не предусмотрено
промежуточная аттестация	6
Самостоятельная работа обучающегося	
в том числе	
внеаудиторная самостоятельная работа (выполнение упражнений ОФП, совершенствование техники бега, элементов техники игры в волейбол и баскетбол).	6
Итоговая аттестация в форме*зачета (III, V, VII семестры), дифференцированного зачета (IV, VI, VIII семестры)*	

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	***Объем часов***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**176**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	4
Теоретическое обучение	4
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	172
контрольная работа	не предусмотрено
Итоговая аттестация *в форме дифференцированного зачета (2 семестр)*	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины (очная форма обучения)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1 Научно-методические основы формирования физической культуры личности.		**10**	
Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	**Содержание учебного материала**	**10**	ОК 08
	Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Сущность и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Дисциплина. Физическая культура в системе среднего профессионального образования. **Социально-биологические основы физической культуры** Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе		

	выполнения упражнений. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, врабатывание, утомление, восстановление. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. **Основы здорового образа и стиля жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья** Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания. Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания		
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие № 1 Выполнение комплексов утренней гимнастики. Выполнение комплексов упражнений для глаз.		
	Практическое занятие № 2 Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушением осанки в грудном и поясничном отделах, упражнений для		

	укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса.		
	Практическое занятие № 3 Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела. Выполнение комплексов упражнений для наращивания массы тела.		
	Практическое занятие № 4 Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопий. Выполнение комплексов упражнений для снятия утомления организма		
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности		**116**	ОК 08
Тема 2.1 Общая физическая подготовка	**Содержание учебного материала**	**16**	
	Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности физической и функциональной подготовленности. Построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы общеразвивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Подвижные игры.		
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие № 5Выполнение построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов общеразвивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.	8	

	Практическое занятие № 6Подвижные игры различной интенсивности	8	
Тема 2.2. Легкая атлетика	**Содержание учебного материала**	**26**	ОК 08
	Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересеченной местности. Эстафетный бег. Техника		
	В том числе, практических занятий	26	
	Практическое занятие № 7Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий	12	
	Практическое занятие № 8 Воспитание двигательных качеств и способностей: - воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой - воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой - воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой - воспитание координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой	14	
Тема 2.3. Спортивные игры	**Содержание учебного материала**	**58**	ОК 08, ОК 04
	Баскетбол Перемещения по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу сбоку. Ловля мяча двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскока от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите в баскетболе. Групповые и командные действия игроков. Двусторонняя учебная игра		

	Волейбол Стойка волейболиста. Перемещение по площадке. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, в нападении. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Двусторонняя учебная игра. **Футбол** Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой. Приём мяча ногой, головой. Удары по воротам. Обманные движения. Обводка соперника, отбор мяча. Тактика игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия). Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра. **Настольный теннис** Стойки игрока. Способы держания ракетки: горизонтальная хватка, вертикальная хватка. Передвижения: бесшажные, шаги, прыжки, рывки. Технические приёмы: подача, подрезка, срезка, накат, поставка, топ-спин, топс-удар, сеча. Тактика игры, стили игры. Тактические комбинации. Тактика одиночной и парной игры. Двусторонняя игра.		
	В том числе, практических занятий	58	

	Практическое занятие № 9Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий, технико-тактическихприёмовигры.	10	
	Практическое занятие № 10Воспитание двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми	10	
	Практическое занятие № 11Проведение тренировочных игр, двусторонних игр насчёт.	14	
	Практическое занятие № 12Изучение техники отдельного элемента, выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактическихприёмовигры.	8	
	Практическое занятие № 13Выполнение обучающимися самостоятельного судейства	8	
	Практическое занятие № 14Выполнение разученной комбинации аэробики различной интенсивности, продолжительности, преимущественной направленности.	8	
Тема 2.4. **Атлетическая гимнастика**	**Содержание учебного материала**	**16**	ОК 08
	Особенности составления комплексов атлетической гимнастики в зависимости от решаемых задач. Особенности использования атлетической гимнастики как средства физической подготовки к службе в армии. Упражнения на блочных тренажёрах для развития основных групп мышц. Упражнения со свободными весами: гантелями, штангами, бодибарами.		

	Упражнения с собственным весом. Техника выполнения упражнений. Методы регулирования нагрузки: изменение веса, исходного положения упражнения, количество повторений. Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний		
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие № 15Разучивание, закрепление и совершенствование основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.	8	
	Практическое занятие № 16Воспитание двигательных качеств и способностей через выполнение комплексов атлетической гимнастики с направленным влиянием на развитие определённых мышечных групп: - воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой; -воспитание силовой выносливости в процессе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание гибкости через включение специальных комплексов упражнений	8	
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)		**40**	ОК 08

Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	**Содержание учебного материала**	**20**	
	Значение психофизиологической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовкичеловекакпрофессиональнойдеятельности.Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП для обучающихся с учётом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учётом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Средства, методы и методика формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методика формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности. Средства профилактики перенапряжения. Средства, методы и методика формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям. Прикладныевидыспорта.Прикладныеумениянавыки.Оценкаэффективности ППФП.		
	В том числе, практических занятий	20	
	Практическое занятие № 17 Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий; упражнения, укрепляющие и развивающие мышцы туловища, рук, ног; упражнения на расслабление мышц	8	

	Практическое занятие № 18 Формирование профессионально значимых физических качеств; упражнения, сохраняющие и развивающие гибкость, совершенствующие координацию движений, оказывающие комбинированное воздействие.	6	
	Практическое занятие № 19Упражнения укрепляющие сердечно-сосудистую систему и улучшающие дыхательные функции	6	
Тема 3.2. **Военно-прикладная физическая подготовка.**	**Содержание учебного материала**	**20**	ОК 08
	Строеваяподготовка.Строевыеприёмы,навыкичёткогоислаженного выполнения совместных действий встрою. Физическаяподготовка.Основныеприёмыборьбы(самбо,дзюдо,рукопашный бой): стойки, падения, самостраховка, захваты, броски, подсечки, подхваты, подножки,болевыеиудушающиеприёмы,приёмызащиты,тактикаборьбы. Ударырукойиногой,уходотударовврукопашномбою. Преодолениеполосы препятствий.Безопорныеиопорныепрыжки,лазание,передвижениепоузкойопоре.		
	В том числе практических занятий	20	
	Практическое занятие № 20 Разучивание, закрепление и выполнение основных приёмов строевой подготовки.	4	
	Практическое занятие № 21Разучивание, закрепление и совершенствование техники основных элементовборьбы.	4	
	Практическое занятие № 22Разучивание, закрепление и совершенствование тактики веденияборьбы	4	
	Практическое занятие № 23Участие в учебно-тренировочных схватках	4	

	Практическое занятие №24Разучивание, закрепление и совершенствование техники преодоления полосыпрепятствий. **Самостоятельная работа**	4 6	
Промежуточная аттестация		**6**	
Всего		**176**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Учебная дисциплина реализуется в учебном кабинете тренажёрный зал, спортивный зал

Спортивное оборудование:

Беговая дорожка «Спринт»
Беговая дорожка Linia T-201 –Tomeo
Беговая механическая дорожка «PUMA»
Велотренажер дисковый
Велотренажер рамный
Велотренажер Спидбайк
Велоэнергометр
Кроссовер GDCC200
Лестница к шведской стенке «Элит»
Мини-стадион «Конкорд»
Мультистанция BodySoid
Скамья гардеробная
Тренажер «Оптима»
Тренажер АБ-ЭВЕЙ ПРО
Тренажер Бьюти Стар
Тренажер грибной «Фаворит»
Фитнес центр «Максима»
Фитнес центр «Стимул»
Эплиптический тренажер
Доска для пресса «Форте»
Лыжный комплект
Стол теннисный
Стол шахматный .
Силовой центр
Бревно 3 м.
Брусья параллельные
Козел гимнастический
Маты спортивные
Мостик гимнастический
Скамейка С-1 - 2 шт.
Скамья гардеробная
Граната для метания
Диск тренировочный
Обруч
Турник к шведской стенке

3.2.1 Основная учебная литература

1.Виленский, М.Я. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2018. — 181 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-05218-1. — URL: https://book.ru/book/919382. — Текст: электронный. Режим доступа: https://www.book.ru/book/919382 по паролю.

2. Виленский, М.Я. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва: КноРус, 2020. — 214 с. — ISBN 978-5-406-07424-4. — URL: https://book.ru/book/932719. — Текст : электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/932719 по паролю.

3. Виленский, М.Я. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва: КноРус, 2021. — 214 с. — ISBN 978-5-406-08169-3. — URL: https://book.ru/book/939387. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/939387 по паролю.

3.2.2 Дополнительная учебная литература

1. Кузнецов, В.С. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2018. — 256 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06281-4. — URL: https://book.ru/book/926242. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926242 по паролю.

2. Кузнецов, В.С. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва: КноРус, 2020. — 256 с. — ISBN 978-5-406-07522-7. — URL: https://book.ru/book/932718. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/932718 по паролю.

3.2.4 Интернет – ресурсы

1. Сеть творческих учителей/сообщество учителей физ. культуры. – http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib-.
2. Сайт учителя физ. культуры. – http://www.trainer.h1.ru.
3. Газета «Здоровье детей». – http://zdd.1september.ru.
4. Газета «Спорт в школе». – http://spo.1september.ru.
5. Рефераты на спортивную тематику. – http://www.sportreferats.narod.ru.
6. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры. –http://www.infosport.ru/press/fkvot/.
7. Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризма, Российской Государственной Академии физической культуры. – http://tpfk.infosport.ru.
8. Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала. – http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm.

9. Журнал «Культура здоровой жизни». – http://kzg.narod.ru/.

3.2.5 Официальные, справочно-библиографические и периодические издания

1. О железнодорожном транспорте в Российской Федерации [Текст]: Федеральный закон от 10.01.2003 №17-ФЗ в редакции Федерального закона от 03.08.2018 № 342-ФЗ. – Екатеринбург: ТД УралЮрИздат, 2019. – 36 с. – 5 экз.

2. Устав железнодорожного транспорта Российской Федерации [Текст]: Федеральный закон от 10.01.2003 №18-ФЗ в редакции Федерального закона от 03.08.2018 № 312-ФЗ. – Екатеринбург: ТД УралЮрИздат, 2019. – 80 с. – 5 экз.

3. Гудок [Текст]: ежедневная транспортная газета (2017, 2018, 2019, 2020 гг.) – 1200 экз.

4. Железнодорожный транспорт [Текст]: ежемесячный научно-теоретический технико-экономический журнал (2017, 2018, 2019, 2020 гг.) – 60 экз.

5. Путь и путевое хозяйство [Текст]: ежемесячный журнал (2017, 2018, 2019, 2020 гг.) – 60 экз.

6. Транспорт России [Текст]: всероссийская транспортная еженедельная информационно-аналитическая газета (2017, 2018, 2019, 2020 гг.) – 240 экз.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Промежуточная аттестация в форме зачёта, зачёта с оценкой.

Результаты обучения (основные умения, усвоенные занятия)	Основные показатели оценки результатов обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
обучающийся должен знать: -роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -основы здорового образа жизни; -история развития легкой атлетики, волейбола, баскетбола; -правила игры волейбола, баскетбол, футбол; Обучающийся должен уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; -составлять комплекс утренней гигиенической гимнастики; -выполнять основные элементы общей физической подготовки; -владеть техникой прыжка в длину с места и разбега; -выполнять основные элементы техники игры	Бег 100 м. на результат Бег 500 м. (дев), 1000 м. (юн) на результат Бег на 2000 м. (дев), 3000 м. (юн) на результат Прыжок в длину с места на результат. Подтягивания (юн), отжимания (дев) на результат , пресс Штрафной бросок на результат «Проход бросок» на технику выполнения Выполнение верхней передачи Выполнение нижней передачи Выполнение подачи на результат	Критерии основания студентам учебного материала является оценка регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов выполнения контрольных заданий в виде тестов и упражнений . Итоговый контроль проводится в 1 семестре в форме недифференцированного зачета, а во 2 семестре в форме дифференцированного зачета.

волейбол, баскетбол.		

Результаты (общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 04 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	–организовывать работу коллектива и команды при выполнении поставленной задачи; –взаимодействовать с коллегами при поиски и обработки информации по проблемам и категориям физической культуры	Оценка эффективности и качества выполнения задач, устный опрос, выполнение практических работ
ОК 08 Использовать средства физической культуры для	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные	Оценка эффективности и качества выполнения задач, устный

сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	опрос, выполнение практических работ

Результаты воспитательной работы (формирование личностных результатов)	**Формы и методы оценивания сформированности личностных результатов**	**Нумерация тем в соответствии с тематическим планом**
ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Тема 2.1 Общая физическая подготовка
ЛР 19 Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	

ЛР 21 Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	
ЛР 24 Ценностное отношение обучающихся к культуре, и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

5.1 Пассивные:

- лекции традиционные без применения мультимедийных средств и без раздаточного материала;
- демонстрация учебных фильмов;
- рассказ;
- семинары, преимущественно в виде обсуждения докладов студентов по тем или иным вопросам;
- самостоятельные и контрольные работы;
- тесты;
- чтение и опрос.

(взаимодействие преподавателя как субъекта с обучающимся как объектом познавательной деятельности).

5.2 Активные и интерактивные:

- работа в группах;
- учебная дискуссия;
- деловые и ролевые игры;
- игровые упражнения;
- творческие задания;
-круглые столы (конференции) с использованием средств мультимедиа;
- решение проблемных задач;
- анализ конкретных ситуаций;
- метод модульного обучения;
- практический эксперимент;
- обучение с использованием компьютерных обучающих программ;

(*взаимодействие преподавателя как субъекта с обучающимся как субъектом познавательной деятельности)*.