

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Холуйский институт лаковой миниатюрной живописи имени Н.Н. Харламова – филиал федерального  
государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования  
«Высшая школа народных искусств (академия)»

РЕКОМЕНДОВАНО  
Советом филиала,  
протокол № 1  
от 19.01.2024

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ХИЛМЖ ВШНИ  
\_\_\_\_\_ И.М. Семенов

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**общеобразовательный цикл  
образовательной программы**

54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам)

Холуй  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.....	12
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....	13
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	28
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	29
Приложение 1 .....	34
Приложение 2 .....	36
Приложение 3 .....	39

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дисциплины 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) 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам);
- примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины Физическая культура гуманитарного профиля (для профессиональных образовательных организаций);
- учебного плана по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам)
- рабочей программы воспитания по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам).

Программа дисциплины 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 дисциплине Физическая культура разработано на основе:

- синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК) с учетом профильной направленности специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам);
- интеграции и преемственности содержания дисциплины Физическая культура и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

### **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина Физическая культура изучается в общеобразовательном цикле образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ОП СПО) по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение дисциплины Физическая культура по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам) отводится 72 часа в соответствии с учебным планом 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам).

Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках дисциплины Физическая культура, как теоретических, так и практических.

Контроль качества освоения дисциплины Физическая культура проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет, как традиционными, так и инновационными методами, включая компьютерное тестирование. Результаты контроля учитываются при подведении итогов по предмету.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированных зачетов.

## **1.2. Цели и задачи дисциплины**

Реализация программы дисциплины Физическая культура в структуре ОП СПО направлена на достижение цели по:

- освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные базового уровня (ПРБ),
- подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам).

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

- формирование ценностного отношения к занятиям физической культурой, 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 данными самонаблюдения и самоконтроля;

- овладение навыками сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

В процессе освоения дисциплины Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия (далее – УУД), включая формирование компетенций в области учебно-исследовательской 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 дисциплины**

Дисциплина «Физическая культура» изучается на базовом уровне.

Дисциплина Физическая культура имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплинами общепрофессионального цикла «Биология», «Физика», «Основы безопасности жизнедеятельности», а также междисциплинарными курсами (далее - МДК) профессионального модуля ПМ 02. Производственно-технологическая деятельность, МДК.02.01. Технология исполнения изделий декоративно-прикладного и народного искусства.

Содержание дисциплины направлено на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО.

В профильную составляющую по дисциплине входит профессионально ориентированное содержание, необходимое для формирования у обучающихся общих и профессиональных компетенций. В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении дисциплины «Физическая культура» особое внимание уделяется формированию устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В программе дисциплины Физическая культура, реализуемой при подготовке обучающихся по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам) профильно-ориентированное содержание находит отражение в темах: 1.6. Профессионально-прикладная физическая подготовка, 2.1. Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой, 2.3. Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности, 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач, 2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

#### 1.4. Планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы дисциплины «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 дисциплины включают:
<b>Личностные результаты (ЛР)</b>	
ЛР 02	Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 05	Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности
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

<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения дисциплины включают:</b>
ЛР 07	Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности
ЛР 08	Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей
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 10	Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений
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
<b>Личностные результаты программы воспитания (ЛР ПВ)</b>	
ЛР ПВ 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
ЛРПВ 9.1	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака,

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают:
	психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
<b>Метапредметные результаты (МР)</b>	
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 04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
МР 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
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
<b>Предметные результаты базовый уровень (ПР )</b>	
ПРб 01	Умение использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа



<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:</b>
	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 заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ПРБ 03	Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики 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 физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;
ПРБ 06	Положительная динамика в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

В процессе освоения дисциплины 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.

<b>Виды универсальных учебных действий ФГОС СОО</b>	<b>Коды ОК</b>	<b>Наименование ОК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 54.02.02 Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам))</b>

<p><b>Познавательные универсальные учебные действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</li> <li>- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку</li> </ul>	ОК 2	ОК 2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
<p><b>Коммуникативные универсальные учебные действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе познавательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</li> <li>- умение выразить свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>- умение информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях</li> </ul>	ОК 4	ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.
	ОК 5	ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

<p><b>Регулятивные универсальные учебные действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;</li> <li>- умение построения индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры.</li> </ul>	ОК 8	<p>ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>
---	------	--

## 2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы дисциплины</b>	<b>72</b>
в т. ч.	
<b>Основное содержание</b>	<b>50</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	12
практические занятия	38
<b>Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)</b>	<b>20</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	16
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>	<b>2</b>

### 3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
<b>Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека</b>		<b>12</b>			
<b>Тема 1.1.</b> Современное состояние физической культуры и спорта	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ПР6 01, ЛР 02, ЛР 11, ЛР 13, МР 04, МР 05		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	1 <b>Физическая культура как часть культуры общества и человека.</b>  Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации.	1			
	<b>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».</b>  Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения. Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО.	1			

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы			
<b>Тема 1.2.</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>					
	1	<b>Понятие «здоровье».</b>  Понятие «здоровье» (физическое, психическое, социальное). Факторы, определяющие здоровье. Психосоматические заболевания.				1	ПР6 01, ЛР 02, ЛР 11, ЛР 13, МР 04, МР 05	ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	2	<b>Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие.</b>  Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Влияние двигательной активности на здоровье. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм занимающихся. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека.				1		
<b>Тема 1.3.</b> Современные системы и технологии укрепления и сохранения	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>					
	1	<b>Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья.</b>  Современное представление о современных системах и технологиях укрепления и сохранения				1	ПР6 01, ПР6 02, ЛР 11, ЛР 12, МР 04	ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
здоровья		здоровья (дыхательная гимнастика, антистрессовая пластическая гимнастика, йога, глазодвигательная гимнастика, стрейтчинг, суставная гимнастика; лыжные прогулки по пересеченной местности, оздоровительная ходьба, северная или скандинавская ходьба и оздоровительный бег и др.).				
	2	<p><b>Особенности организации и проведения занятий физической культуры.</b></p> <p>Особенности организации и проведения занятий в разных системах оздоровительной физической культуры и их функциональная направленность.</p>	1			
<b>Тема 1.4.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>			
Основы методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	1	<p><b>Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой.</b></p> <p>Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности; соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности: подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий,</p>	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12 МР 01, МР 03		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
	<p>инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Нагрузка и факторы регуляции нагрузки при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями. Дневник самоконтроля. Характеристика физических качеств, средств их совершенствования.</p>				
	<p><b>Практическое занятие № 1</b> Самоконтроль за индивидуальными показателями физического развития.</p> <p>Самоконтроль за индивидуальными показателями физического развития, умственной и физической работоспособностью, индивидуальными показателями физической подготовленности.</p>	1			
<p><b>Тема 1.5.</b> Физическая культура в режиме трудового дня</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2			
	<p><b>Профессионально ориентированное содержание</b></p> <p>1 <b>Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности.</b></p> <p>Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика</p>	1	<p>ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12 МР 01, МР 03</p>	<p>ОК 2 ОК 4 ОК 5 ОК 8</p>	<p>ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое</p>

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
	переутомления. Составление профиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к группе труда. Подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики.				
	<b>Практическое занятие №2</b> Определение возможностей различных форм организации физической культуры в оптимизации работоспособности и профилактики переутомления в условиях профессиональной деятельности	1			
<b>Тема 1.6.</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>			
	1 Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка», задачи профессионально-прикладной физической подготовки, средства профессионально-прикладной физической подготовки	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12 МР 01, МР 03		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	<b>Практическое занятие №3</b> Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств	1			
<b>Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности</b>		<b>60</b>			



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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
<b>Тема 2.1.</b> Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>			
	<b>Профессионально ориентированное содержание</b>	<b>2</b>			
	1 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05, МР 09	ОК 2 ОК 4 ОК 5 ОК 8	ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	<b>Практическое занятие №4</b> Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности	1			
<b>Тема 2.2</b> Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>			
	<b>Практические занятия №5-6</b>				
	1 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений.	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 03, ЛР 05,	ОК 2 ОК 4 ОК 5 ОК 8	ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
ВФСК «ГТО»	2	Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО».	1	ЛР 11, МР 01, МР 04, МР 09		
Тема 2.3. Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>			
	<b>Практические занятия №7</b>		<b>1</b>			
	1	Применение методов самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности Оценка умственной и физической работоспособности	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 03, ЛР 05, ЛР 11, МР 01, МР 04, МР 09		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
Тема 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>			
	<b>Профессионально ориентированное содержание</b>					
	<b>Практические занятия № 8-9</b>		<b>4</b>			

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
решении профессионально-ориентированных задач	1	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 04, МР 05, МР 09	ОК 2 ОК 4 ОК 5 ОК 8	ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	2	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности	2			
Тема 2.5 Профессионально-прикладная физическая подготовка	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>			
	<b>Практические занятия №10-15</b>		<b>4</b>			
	Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение, рабочие движения, функциональные системы, обеспечивающие трудовой процесс, внешние условия или производственные факторы, профессиональные заболевания			ПР6 01, ПР6 02, ПР6.03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 05, ЛР 11, ЛР 12 МР 03		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
		Освоение комплекса упражнений для производственной гимнастики для работников умственного труда, требующего постоянного умственного напряжения	2			
	Освоение комплекса упражнений для производственной гимнастики по профилактике утомления, стрессовых состояний в течение рабочего дня.	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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы	
Тема 2.6. Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>5</b>				
	<b>Практические занятия № 16-20</b>					
	1	Освоение упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, поддержания работоспособности, развитие основных физических качеств	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	2	Освоение упражнений корригирующей гимнастики	2			
3.	Освоение комплекса упражнений по шейпингу	1				
<b>Дифференцированный зачет</b>		1				
<b>2.7. Гимнастика (практические занятия)</b>		<b>6</b>				
Тема 2.7.1. Основная гимнастика	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое	
	<b>Практические занятия № 21-22</b>	<b>2</b>				
	1	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте.				
2	Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах. Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в					

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы						
	равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки											
Тема 2.7.2 Акробатика	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>									
	<b>Практические занятия №22-23</b>		<b>2</b>	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое						
	1.	Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка».	1									
	2.	Совершенствование акробатических элементов Освоение и совершенствование акробатической комбинации (последовательность выполнения элементов в акробатической комбинации может изменяться):	1									
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th data-bbox="376 1070 766 1110" style="width: 50%; text-align: center;">Девушки</th> <th data-bbox="766 1070 1169 1110" style="width: 50%; text-align: center;">Юноши</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="376 1110 766 1415">И.П. - О.С.: Равновесие на левой (правой) - Шагом правой кувырок вперед ноги скрестно и поворот кругом - Кувырок назад - Перекатом назад стойка на лопатках - Кувырок</td> <td data-bbox="766 1110 1169 1415">И.П. – О.С.: Стойка на руках махом одной и толчком другой (О) - Кувырок вперед - Кувырок вперед в упор присев - Силой, стойка на голове с опорой руками (Д)-Силой опускание в упор лёжа.</td> </tr> </tbody> </table>		Девушки				Юноши	И.П. - О.С.: Равновесие на левой (правой) - Шагом правой кувырок вперед ноги скрестно и поворот кругом - Кувырок назад - Перекатом назад стойка на лопатках - Кувырок	И.П. – О.С.: Стойка на руках махом одной и толчком другой (О) - Кувырок вперед - Кувырок вперед в упор присев - Силой, стойка на голове с опорой руками (Д)-Силой опускание в упор лёжа.			
Девушки	Юноши											
И.П. - О.С.: Равновесие на левой (правой) - Шагом правой кувырок вперед ноги скрестно и поворот кругом - Кувырок назад - Перекатом назад стойка на лопатках - Кувырок	И.П. – О.С.: Стойка на руках махом одной и толчком другой (О) - Кувырок вперед - Кувырок вперед в упор присев - Силой, стойка на голове с опорой руками (Д)-Силой опускание в упор лёжа.											

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы	
	<p>назад через плечо в упор, стоя на левом (правом) колене, правую (левую) назад. Встать - Переворот боком «колесо».</p> <p>Толчком ног упор присев. Встать - Мах левой (правой) и переворот боком «колесо» приставляя правую (левую) полуприсед и прыжок прогнувшись, И.П.</p>					
<b>Тема 2.7.3.</b> Атлетическая гимнастика	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>			
	<b>Практические занятия № 24-25</b>					
		Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение упражнений со свободными весами.	1	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики	1				
<b>2.8 Спортивные игры(практические занятия )</b>		<b>18</b>				
<b>Тема 2.8.1.</b> Дартс	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>6</b>			
	<b>Практические занятия № 26-31</b>					
	1	Изучение и освоение основных элементов техники броска. Имитация целостного броска. Приемы и правила метания дротиков. Изготовка к метанию. Положение туловища, ног, рук, головы.	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР604, ПР6 05, ПР6 06,		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое

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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
	Наведение дротика на цель. Проверка наводки и её исправление перемещением туловища или его поворотом. Постановка дыхания. Тренировочные броски на кучность. Техника безопасности на занятиях по дартс.		ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		
	2 Приобретение навыка перехода на различные сектора мишени. Тренировочные игры на результат. Корректировка и самокорректировка броска. Участие в соревнованиях и судейская практика.	2			
	3 Тренировочные игры на результат. Корректировка и самокорректировка броска. Участие в соревнованиях и судейская практика.	2			
<b>Тема 2.8.2</b> Настольный теннис	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>			
	<b>Практические занятия № 32-37</b>	<b>6</b>			
	1 Техника безопасности на занятиях настольным теннисом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: стойки игрока, перемещения, передача мяча, подача, нападающий удар, прием мяча.	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	2 Освоение/совершенствование тактическим приемам игры.	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	Код личностных результатов программы воспитания/ Направление воспитательной работы
	3	Обучение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	2			
Тема 2.8.3. Подвижные шахматы	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>6</b>			
	<b>Практические занятия №38-43</b>		<b>6</b>			
	1	Комплексы общеразвивающих упражнений различной функциональной направленности для подготовки к занятиям подвижными шахматами. Правила техники безопасности на занятиях физической культуры при проведении подвижных игр с шахматной тематикой. Цель игры в шахматы. Шахматная доска. Правильное расположение шахматной доски. Название фигур. Ценность фигур. Правила фигур.	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
	2	Комплексы общеразвивающих упражнений различной функциональной направленности для подготовки к занятиям подвижными шахматами. Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения в игровой деятельности.	2			
Тема 2.9. Комплексные занятия	3	Комплексы общеразвивающих упражнений различной функциональной направленности для подготовки к занятиям подвижными шахматами. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	2			
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>			
<b>Практические занятия № 44-45</b>						



	1	Упражнения из различных разделов физической подготовки: гимнастика, общая и прикладная физическая подготовка, спортивные игры. Специальные упражнения для развития основных двигательных качеств (силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости). Комплексная тренировка.	2	ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР604, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
<b>Тема 2.10</b> Лёгкая атлетика		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>14</b>			
	1	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега с высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.		ПР6 01, ПР6 02, ПР6 03, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ЛР 07, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07		ЛР ПВ 1, ЛР ПВ 9.1 Физическое
		<b>Практические занятия № 46-60</b>				
	1	Совершенствование техники спринтерского бега.	4			
	2.	Совершенствование техники кроссового бега (1 000 м (юноши и девушки).	4			
	3.	Совершенствование техники эстафетного бега (4*60 м.).	4			
4	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	2				
<b>Дифференцированный зачет</b>			<b>2</b>			
<b>Всего:</b>			<b>72</b>			

#### **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы учебного предмета требует наличие спортивного зала.

Оборудование: спортивные снаряды, спортивное оборудование

##### **Информационное обеспечение обучения**

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе Лань и электронной базой ВШНИ - ВЭБР.

##### **Основная литература**

1. Лях, В. И. Физическая культура : 10-11-е классы : базовый уровень : учебник / В. И. Лях. – 11-е изд., стер. – Москва : Просвещение, 2023. – 271 с. – ISBN 978-5-09-103628-2. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/334643> (дата обращения: 16.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Матвеев, А. П. Физическая культура: 10-11-е классы: базовый уровень : учебник / А. П. Матвеев, Е. С. Палехова. – 6-е изд., стер. – Москва : Просвещение, 2022. – 158 с. – ISBN 978-5-09-094658-2. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/334511> (дата обращения: 16.01.2024). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

##### **Интернет-ресурсы, в том числе ресурсы цифровой образовательной среды для использования в образовательной деятельности**

1. Ноутбук с выходом в сеть Интернет.
2. Моноблок с выходом в сеть Интернет.
3. Программное обеспечение:  
МойОфис образование Net  
Control 2 Classroom Office  
Tab center  
Wi-fi роутерd-link DAP-2360.
4. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. Режим доступа: [www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru).
5. Российская электронная школа. Режим доступа: <https://resh.edu.ru/>
6. Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://rusneb.ru/>
7. Урок. Освоение техники беговых упражнений. Режим доступа: <https://drive.google.com/open?id=1Wt52-ZvfF3UO-6L08emOMNLVgR9YdGt2>
8. Урок. Выполнение кувырков вперед и назад. Режим доступа: [https://drive.google.com/open?id=1GQipQ5XXtLR\\_X4o87YC5eTEg](https://drive.google.com/open?id=1GQipQ5XXtLR_X4o87YC5eTEg)
9. Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://нэб.рф>

10. Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://rusneb.ru/>
11. Урок. Освоение техники беговых упражнений. Режим доступа: <https://drive.google.com/open?id=1Wt52-ZvfF3UO-6L08emOMNLVgR9YdGt2>
12. Урок. Выполнение кувырков вперед и назад. Режим доступа: [https://drive.google.com/open?id=1GQipQ5XXtLR\\_X4o87YC5eTEg](https://drive.google.com/open?id=1GQipQ5XXtLR_X4o87YC5eTEg)
13. Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://нэб.рф>

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Методы оценки
<p>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)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- тестирование (теоретическое)</li> <li>- оценка результатов выполнения практической работы</li> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ</li> </ul>
<p>ПРб 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- тестирование (теоретическое)</li> <li>- оценка результатов выполнения практической работы</li> <li>-экспертное наблюдение выполнения практических работ</li> </ul>
<p>ПРб 03. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов выполнения практической работы</li> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях</li> </ul>
<p>ПРб 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на методико-практических занятиях</li> </ul>
<p>ПРб 05. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертное наблюдение выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности</li> <li>- контрольное тестирование, контрольные упражнения</li> </ul>

<p>ПРб 06. Положительная динамика в развитии основных физических качеств(силы, быстроты, выносливости,гибкости и ловкости).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертное наблюдение выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности</li> <li>- контрольное тестирование,контрольные упражнения</li> </ul>
---	--

## Приложение 1

### Примерная тематика индивидуальных проектов по дисциплине

1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала.
2. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни.
3. Современное состояние здоровья молодежи.
4. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.
5. Влияние экологических факторов на здоровье человека.
6. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании.
7. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни.
8. Рациональное питание и профессия.
9. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых.
10. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, бани, массаж.
11. Материнство и здоровье.
12. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.

## 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 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения профессиональных задач	ЛР 05. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности	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.
ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности 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	МР 05. Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
ОК 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные	ЛР 11. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-	МР 01. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять,

<p>технологии для выполнения профессиональных задач</p>	<p>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 08 Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей          ЛР 10 Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений</p>	<p>контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях</p>
<p>ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста</p>	<p>ЛР 05. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности</p>	<p>МР 07 Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей          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</p>
<p>ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>ЛР 02 Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности          ЛР 03 Готовность к служению</p>	<p>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</p>



<p>ОК 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения профессиональных задач</p>	<p>Отечеству, его защите</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p> <p>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;</p>	<p>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.</p> <p>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</p> <p>МР 05. Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности</p> <p>МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты</p> <p>МР 04 Готовность и способность к самостоятельной</p>
---	---	--

<p>ОК 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения профессиональных задач</p> <p>ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>		<p>информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>
	<p>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</p> <p>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</p> <p>ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p> <p>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</p>	<p>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.</p> <p>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</p> <p>МР 05. Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности</p>

	<p>социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;</p> <p>ЛР 08 Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей</p> <p>ЛР 10 Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений</p>	<p>МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты</p> <p>МР 04 Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>
--	---	---

### Приложение 3

#### Преимственность 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 дисциплине
<p>Индивидуальная предпринимательская деятельность</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать в команде, делить ответственность за результат коллективной деятельности,</li> <li>согласовывать совместные действия, договариваться, находить выход из сложившейся ситуации группового взаимодействия</li> </ul> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- типичные проблемами адаптации молодого специалиста на рабочем месте и условия эффективной адаптации в трудовом коллективе</li> <li>- особенности рынка труда в регионе и в стране по специальности и перспективы ее развития.</li> </ul>	<p>ПМ 02. Производственно-технологическая деятельность, МДК.02.01. Технология исполнения изделий декоративно-прикладного и народного искусства</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять изделия декоративно-прикладного искусства на высоком профессиональном уровне;</li> <li>- применять знания и навыки в области материаловедения, специальной технологии, исполнительского мастерства в процессе копирования, варьирования и самостоятельного выполнения изделий декоративно-прикладного искусства.</li> </ul> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологический процесс исполнения изделия декоративно-</li> </ul>	<p>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)</p> <p>ПРб 02. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной</p>	<p>Тема 1.6 Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p> <p>Тема 2.1 Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой.</p> <p>Тема 2.3 Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности.</p> <p>Тема 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической</p>

	<p>прикладного искусства (по видам);</p>	<p>деятельностью</p> <p>ПРб 03. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств</p> <p>ПРб 04. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</p> <p>ПРб 05. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>культурой при решении профессионально-ориентированных задач.</p> <p>Тема 2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p>
--	--	---	--