

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Университет «Дубна» -
Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала

Савельева О.Г.
«14» июня 2023 г.


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОД. 05 Физическая культура

название дисциплины

Специальность среднего профессионального образования

**13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования
(по отраслям)**

код и наименование специальности

Форма обучения

очная

Город Лыткарино, 2023 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности (профессии) среднего профессионального образования **13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)**, рекомендованной ФГБОУ ДПО ИРПО для профессиональных образовательных организаций и требований ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки от 17.05.2012 г. № 413 (с изм. и доп.).

Автор программы: Сивов И.С. , преподаватель



Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической (предметной) комиссии естественно-научных и гуманитарных дисциплин

Протокол заседания № 11 от «13» июня 2023г.

Председатель цикловой методической (предметной) комиссии

Бородина Е.А.



СОГЛАСОВАНО

Зам. директора филиала по УМР



Аникеева О.Б.

«13» июня 2023г.

Руководитель библиотечной системы



Романова М.Н.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 - 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
 - 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 - 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы
 - 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 - 3.1. Специальные помещения, предусмотренные для реализации программы учебной дисциплины
 - 3.2. Информационное обеспечение реализации программы
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина **ОД. 05 Физическая культура** является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС и примерной ООП по специальности **13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)**

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по специальности **13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)**.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие ¹	Дисциплинарные ²
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности,

¹ Указываются личностные и метапредметные результаты из ФГОС СОО (в последней редакции от 12.08.2022) в отглагольной форме, формируемые общеобразовательной дисциплиной

² Дисциплинарные (предметные) результаты указываются в соответствии с их полным перечнем во ФГОС СОО (в последней редакции от 12.08.2022)

	<p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике 	<p>динамики физического развития и физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
<p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской проектной и социальной деятельности; <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной

		<p>функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</p>
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; - потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; Овладение универсальными регулятивными действиями: а) самоорганизация: -- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</p>	<p>- уметь 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-</p>

		оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга в профессионально-прикладной сфере; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
--	--	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебных занятий

Вид учебных занятий	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
лекции	1
практические занятия	77
Промежуточная аттестация	
Форма аттестации – Зачет во 2 семестре	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Инструктаж по технике безопасности и охране труда. Современные оздоровительные системы физического воспитания.</p> <p>Самостоятельная работа</p> <p>Подготовка докладов о формировании здорового образа жизни, предупреждения профессиональных заболеваний, олимпийское движение (для временно освобожденных по состоянию здоровья).</p>	<p>OK1, OK4, OK8</p>
<p>Тема 2.1. Легкая атлетика</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Обучение, закрепление и совершенствование основным методикам ходьбы, бега, прыжков, способствующих развитию быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, внимания и координации движений.</p> <p>Техника выполнения высокого старта. Специальные упражнения для освоения бега на средние дистанции. Бег на средние дистанции. Эстафетный бег. Техника стартового разгона на средние дистанции. Техника выполнения низкого старта. Бег на короткие дистанции 20м, 30м. Техника спортивной ходьбы. Техника челночного бега. Челночный бег 4раза по 9м. Техника бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Техника метания гранаты, теннисного мяча. Техника прыжка в длину с места.</p>	
<p>Тема 2.2. Спортивные игры – волейбол</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Развитие двигательных умений и навыков, совершенствования опыта двигательной деятельности, совершенствование технико-тактических действий, развитие координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции движения, формирование двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствование взрывной силы, развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств,</p>	<p>OK1, OK4, OK8</p>

	инициативности и самостоятельности	
	Правила и судейство игры волейбол. Стойки и перемещения. Прием и передача мяча сверху двумя руками. Техника прямой подачи снизу. Техника прямой подачи сверху. Прием мяча снизу. Техника нападающего удара. Техника блокирования. Тактика игры в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра 6х6.	
Тема 2.3. Спортивные игры – баскетбол	Содержание учебного материала Развитие двигательных умений и навыков, совершенствование опыта двигательной деятельности, совершенствование технико-тактических действий, развитие координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции движения, формирование двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствование взрывной силы, развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности	OK1,OK4, OK8
	Правила безопасности на уроках баскетбола. Судейство и правила игры. Ведение мяча. Броски мяча по кольцу из разных точек. Вырывание и выбивание мяча. Ловля и передача мяча. Броски по кольцу в прыжке. Перехват мяча. Накрывание мяча Ловля мяча после отскока от щита. Тактика игры в защите и нападении. Стритбол. Тактика игры в защите и нападении. Игра 5х5.	
Тема 2.4. Спортивные игры – футбол	Содержание учебного материала Развитие двигательных умений и навыков, совершенствование опыта двигательной деятельности, совершенствование технико-тактических действий, развитие координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции движения, формирование двигательной активности; развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности	OK1,OK4, OK8

	<p>Ведение мяча в футболе. Обманные приемы. Короткие и средние передачи мяча в парах. Удары по летящему мячу. Остановка мяча. Отбор мяча. Выход два на одного. Тактика игры в защите и нападении.</p>	
Тема 2.5. Гимнастика.	Содержание учебного материала	ОК1, ОК4, ОК8
	<p>Обучение, закрепление, совершенствование индивидуально подобранных комплексов оздоровительной физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, индивидуально подобранных композиций из дыхательных, силовых и скоростно-силовых упражнений, комплексы упражнений на растяжение и напряжение мышц. Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности.</p>	
	<p>Техника безопасности. Строевые упражнения. Повороты, перестроения на месте и в движении. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с набивными мячами. Элементы акробатики - перекаты, кувирки. Стойка на лопатках, на голове (ю), «мост» (д). Упражнения с гимнастической скамейкой. Упражнения на гимнастической стенке. Эстафеты, полосы препятствий с использованием гимнастического инвентаря. Развитие силовых качеств пояса верхних конечностей. Развитие силовых качеств мышц ног. Развитие силовых качеств мышц брюшного пресса. Развитие силовых качеств мышц груди и спины. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания.</p>	
Тема 2.6. Виды единоборств	Содержание учебного материала	ОК1, ОК4, ОК8
	<p>Вводные занятия Простейшие акробатические элементы Техника самостраховки Техника борьбы в стойке Техника борьбы лёжа Простейшие способы самозащиты от захватов и обхватов Простейшие способы самозащиты от ударов ногами и руками Подвижные спортивные игры, эстафеты Контрольные нормативы и Соревнования</p>	
	Содержание учебного материала	

	<p>Формирование оценки освоения учебного материала. Выполнение рабочей учебной программы оценивается по трем разделам учебной деятельности: теоретическому и учебно-тренировочному. Условием допуска к контрольным заданиям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности. Критерием освоения студентом учебного материала является оценка регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов выполнения контрольных заданий в виде тестов и упражнений.</p>	
	Контрольно-итоговые испытания.	
	Всего:	
	Самостоятельная работа	-
	ИТОГО:	78

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Реализация учебной дисциплины требует наличия универсального спортивного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; стрелковый лазерный интерактивный тир.

Специальное оборудование:

Спортивный зал: Волейбольные мячи, футбольные мячи, баскетбольные мячи, гимнастические маты – 8 штук, гимнастический конь – 1 шт., гимнастический мостик – 1 шт., штанга – 1 шт., гири – 1 шт., гимнастические скамейки – 8 шт., гимнастические лестницы – 10 шт., теннисные столы – 1 шт.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: Футбольное поле - стандартные ворота - 2шт.; Баскетбольная площадка - 2 металлические стойки с баскетбольными корзинами; Волейбольная площадка - металлические стойки для крепления в/б сеток; Прыжковая яма для прыжков в длину с разбега.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе.

Печатные издания

Основные источники:

1. Основная литература: Бишаева А.А. Физическая культура : учебник / Бишаева А.А., Малков В.В. — Москва : КноРус, 2022. — 379 с. — ISBN 978-5-406-08822-7. — URL: <https://book.ru/book/941740> (дата обращения: 21.09.2022). — Текст : электронный.
2. Виленский М.Я. Физическая культура : учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва : КноРус, 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-406-09867-7. — URL: <https://book.ru/book/943895> (дата обращения: 21.09.2022). — Текст : электронный.
3. Киреева Е.А. Физическая культура. Практикум : учебное пособие / Киреева Е.А. — Москва : Русайнс, 2022. — 104 с. — ISBN 978-5-4365-8733-2. — URL: <https://book.ru/book/942696> (дата обращения: 21.09.2022). — Текст : электронный.

Дополнительные источники:

1. Федонов Р.А. Физическая культура : учебник / Федонов Р.А. — Москва : Русайнс, 2022. — 256 с. — ISBN 978-5-4365-9563-4. — URL: <https://book.ru/book/944755> (дата обращения: 21.09.2022). — Текст : электронный.

Электронные издания (электронные ресурсы)

Интернет-ресурсы

1. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики <http://sport.minstm.gov.ru>
2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы <https://www.mos.ru/moskomsport/contacts/>
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>
4. Сайт спортивных новостей и трансляций спортивных праздников, мероприятий, соревнований <https://news.sportbox.ru/>
5. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <https://urok.1sept.ru/>
6. О физической культуре и спорте в Российской Федерации (с изменениями на 6 декабря 2011 года) (редакция, действующая с 1 января 2012 года) <https://docs.cntd.ru/document/902075039>
7. Социальная сеть работников образования физкультура и спорт <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library>

8. Правила соревнований <http://www.sportzone.ru/>

Электронно-библиотечные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». Форма доступа: <https://biblioclub.ru>
2. ЭБС «Лань». Форма доступа: <https://e.lanbook.com/>
3. ЭБС «ЮРАЙТ». Форма доступа: <https://urait.ru/>
4. ЭБС «Знаниум». Форма доступа: <https://znanium.com/>
5. ЭБС «Кнорус». Форма доступа: <https://book.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Р 1, Темы 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 П-о/с ³ , 1.6 П-о/с Р 2, Темы 2.1 - 2.5 П-о/с, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10	<ul style="list-style-type: none"> – составление словаря терминов, либо кроссворда – защита презентации/доклада-презентации – выполнение самостоятельной работы
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Р 1, Темы 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 П-о/с, 1.6 П-о/с Р 2, Темы 2.1 - 2.5 П-о/с, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10	<ul style="list-style-type: none"> – составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей, – составление профессиограммы
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Р 1, Темы 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 П-о/с, 1.6 П-о/с Р 2, Темы 2.1 - 2.5 П-о/с, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10	<ul style="list-style-type: none"> – заполнение дневника самоконтроля – защита реферата – составление кроссворда – фронтальный опрос – контрольное тестирование – составление комплекса упражнений – оценивание практической работы – тестирование – тестирование (контрольная работа по теории) – демонстрация комплекса ОРУ, – сдача контрольных нормативов – сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) – сдача нормативов ГТО – выполнение упражнений на дифференцированном зачете

³ Профессионально-ориентированное содержание

Результаты обучения	Методы оценки	Критерии оценки
<p>уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p>	<p>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</p>
<p>знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.</p>	<p>подготовка рефератов;</p>	<p>Оценка 5 ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата. Оценка 4 – основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. Оценка 3 – имеются существенные отступления от требований к реферированию Оценка 2 – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.</p>

<p>ОК 2. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;</p>	<p>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</p>
<p>ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;</p>	<p>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</p>
<p>ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;</p>	<p>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</p>
<p>ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;</p>	<p>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</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>Спортивные игры и упражнения выполненные по нормативам</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов. Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов. Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.</p>
---	---	--

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представлены в фондах оценочных средств.