

Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение Тюменской области  
«Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса»  
(ГАПОУ ТО «ТКТТС»)

УТВЕРЖДЕНА:

заместителем директора

по учебно-производственной работе

 Н.Ф. Борзенко

« 28 » 04 2021 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебная дисциплина ОУД.07 Физическая культура  
профессия 23.01.01 Оператор транспортного терминала

Тюмень 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Примерной программы учебной дисциплины Математика для профессий и специальностей среднего профессионального образования утвержденной Департаментом государственной политики нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. и одобрена ФГУ «Федеральный институт развития образования» от 23 июля 2015г. и разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии среднего профессионального образования 23.01.01 Оператор транспортного терминала, утвержденным Министерством образования и науки РФ № 700 от 02.08.2013г., (ред. от 09.04.2015г.).

Рассмотрена на заседании ПЦК гуманитарных и естественно-научных дисциплин

рекомендована к утверждению

Председатель ПЦК  С.В. Истомина

Протокол № 9 от «21» апреля 2021 г.

Организация – разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Разработчик: Федоров К.В.– преподаватель ГАПОУ ТО Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Учебная дисциплина ОУД.07 Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с рекомендациями по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации 21 июля 2015 года, разъяснениями по реализации федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования (профильное обучение) в пределах основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования, формируемых на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, одобренных Научно-методическим советом Центра начального, среднего, высшего и дополнительного профессионального образования ФГУ «ФИРО», протокол №1 от 03 февраля 2013 года, примерной программы для профессий и специальностей среднего профессионального образования, разработана Башмаков М.И., одобренной ФГУ «Федеральный институт развития образования» 21 июля 2015 года, ГОС среднего (полного) общего образования, утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации 2015 года, Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 23.01.01 Оператор транспортного терминала.

Учебная дисциплина «ОУД.07 Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 23.01.01 Оператор транспортного терминала. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1-9

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
ОК 4	Осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использует информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6	Работает в команде, эффективно общается с коллегами, руководством, потребителями
ОК 7	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).
ОК 8.	Самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации
ОК 9.	Ориентируется в условиях частой смены технологий и профессиональной деятельности.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Умения	Знания
<ul style="list-style-type: none"><li>- Уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li><li>- Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.</li><li>- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.</li><li>- Уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.</li><li>- Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями.</li><li>- Уметь оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Знать о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;</li><li>- Знать основы здорового образа жизни</li><li>- Знать и следить за состоянием своего здоровья;</li><li>- Знать основные принципы, методы и факторы регуляции двигательной активности;</li><li>- Знать индивидуальную образовательную траекторию самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;</li><li>- Знать системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции</li></ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	258
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	172
в том числе:	
– практические занятия	172
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	86
в том числе:	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	4,5

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.07 Физическая культура

### I год обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Код компетенции
<b>Введение</b>	<b>Практические занятия</b> 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО. 2. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. 2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. 3. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности.	6 2 2 2	ОК1-ОК9
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №1 Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики. СР №2 Подбор подвижных игр и эстафет.	2 2	
<b>Раздел 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА.</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 1.1. Кроссовая подготовка</b>	<b>Практические занятия</b> 1. Легкая атлетика - как вид спорта. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. 2. Совершенствование техники бега с низкого и высокого старта 3. Совершенствование техники стартового разгона и финиширования 4. Совершенствование бега по прямой с различной скоростью. 5. Закрепление техники бега с низкого и высокого старта	6 2 2 2 2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №3. Составление и выполнение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. СР №4. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики.	2 2	
<b>Тема 1.2. Эстафетный бег</b>	<b>Практические занятия</b> 1. Совершенствование техники передачи и приема эстафетной палочки. 2. Эстафетный бег 4*100; 4*400. 3. Сдача контрольных нормативов.	4 2 2	ОК1-ОК9
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №5. Составление и выполнение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. СР №6. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики.	2 2	
<b>Раздел 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. ВОЛЕЙБОЛ.</b>		<b>29</b>	
<b>Тема 2.1. Техника игры в нападении</b>	<b>Практические занятия</b> 1. Волейбол – как вид спорта. Техника безопасности при занятиях волейболом. Правила игры. 2. Закрепление техники перемещения, передачи и подачи мяча. 3. Совершенствование передачи и приема мяча двумя. 4. Сдача контрольных нормативов	8 2 2 2 2	ОК1-ОК9
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №7. Составление и выполнение комплекса упражнений для развития координации и техники, его выполнение. СР №8. Составление и выполнение комплекса упражнений для развития координации и техники, его выполнение	4 2 2	
<b>Тема 2.2.</b>	<b>Практические занятия:</b>	<b>4</b>	

Техника игры в защите	1. Совершенствование технических приемов в стойках и перемещениях 2. Игра по упрощенным правилам волейбола.	4	
Тема 2.3. Учебно-тренировочная игра	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №9. Подготовка тематического сообщения «Игра в волейбол по упрощенным правилам». СР №10. Выполнение комплекса упражнений для развития координации и техники, его выполнение.	3 2 1	
	<b>Практические занятия</b> 1. Командные тактические действия в нападении и защите. 2. Командная игра в волейбол.	6 6	ОК1-ОК9
Раздел 3. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. БАСКЕТБОЛ	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №11. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики. СР №12. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики.	4 2 2	
	<b>Практические занятия</b> 1. Баскетбол – как вид спорта. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Правила игры. 2. Совершенствование технических и тактических приемов ловли и передачи мяча. 3. Совершенствование в перемещениях, стойках и остановках.	14 2 2	ОК1-ОК9 ОК1-ОК9
Тема 3.1. Техника перемещений	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №13. Составление комплекса упражнений для развития координации и техники, его выполнение. СР №14. Составление комплекса упражнений для развития координации и техники, его выполнение.	3 2 1	
	<b>Практические занятия</b> 1. Совершенствование технических приемов ловли и передачи мяча (правой и левой рукой). СР №15. Составление комплекса упражнений на развитие силовых качеств, его выполнение	2 2 2 2	
Тема 3.2. Ловли и передачи мяча	<b>Практические занятия</b> 1. Закрепление техники ведения мяча на месте, шагом и бегом (правой и левой рукой). 2. Совершенствование ведения мяча с изменением направления и скорости передвижения.	2 2	ОК1-ОК9
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №16. Составление и выполнение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. СР №17. Составление и выполнение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	3 2 1	
Раздел 4. ГИМНАСТИКА		29	
Тема 4.1. Акробатические упражнения	<b>Практические занятия</b> 1. Гимнастика – как вид спорта. Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Первая помощь при травмах 2. Совершенствование кувырка вперед из упора присев; кувырок назад; стойка на лопатках; «мост» из положения лёжа; кувырок назад 3. Технические приемы: группировка сидя, лёжа на спине, группировка в приседе, перекат назад – вперед. 4. Сдача контрольных нормативов	6 2 2 2	ОК1-ОК9
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №18. Составление и выполнение упражнений для развития гибкости. СР №19. Составление и выполнение упражнений для развития гибкости.	3 2 1	ОК1-ОК9
Тема 4.2	<b>Практические занятия</b>	8	



Упражнения в равновесии	<p>1. Ходьба обычная, на носках, боком приставными шагами, руки на поясе, в стороны, вверх, равновесие на одной ноге, прогнувшись (повороты стоя, в приседе, махом).</p> <p>2. Выполнение упражнений в паре с партнером с мячом (обручем – для девушек).</p> <p>3. Выполнение упражнений для коррекции нарушения осанки, на внимание.</p> <p>4. Висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки.</p>	2 2 2 2	ОК1-ОК9
<b>Тема 4.3.</b> Полоса препятствий.	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №20. Выполнение упражнений для развития гибкости.</p> <p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Совершенствование упражнений в лазании, перевороты лёжа.</p> <p>2. Совершенствование прыжков через короткую скакалку.</p> <p>3. Прохождение полосы препятствий на технику. Подвижные игры и эстафеты</p>	2 2	ОК1-ОК9
<b>Тема 4.4</b> Контрольные нормативы	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Поднимание туловища в сед из положения лёжа, руки за головой, сгибание рук в упоре на скамейке.</p> <p>2. Упражнения в акробатике (зачётная комбинация).</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №21. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений утренней гимнастики. СР №22. Составление и выполнение упражнений для развития гибкости. СР №23. Подбор подвижных игр и эстафет.</p>	4 2 2	
<b>Тема 4.4</b> Контрольные нормативы	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Поднимание туловища в сед из положения лёжа, руки за головой, сгибание рук в упоре на скамейке.</p> <p>2. Упражнения в акробатике (зачётная комбинация).</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №24. Составление комплекса упражнений на развитие силовых качеств, его выполнение</p>	2 2	ОК1-ОК9
<b>Раздел 5. Лыжная подготовка</b>	<p>1. Лыжная подготовка – как вид спорта. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом.</p> <p>2. Первая помощь при травмах и обморожениях. Правила соревнований.</p>	31	ОК1-ОК9
<b>Тема 5.1.</b> Одновременные и попеременные хода	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Совершенствование техники выполнения одновременных ходов.</p> <p>2. Обучение попеременно - двухшажного хода, попеременно - четырехшажного хода</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №25. Подготовка тематического сообщения «Правила соревнований в эстафетных гонках» СР №26. Составление комплекса упражнений на развитие силовых качеств, его выполнение</p>	4 2 2 2 2	ОК1-ОК9
<b>Тема 5.2.</b> Переход с одновременных ходов на попеременные	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Обучение технике перехода с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №27. Подготовка тематического сообщения «Выступления российских спортсменов на зимних олимпийских играх».</p>	4 4 2	
<b>Тема 5.3.</b> Коньковый ход	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Обучение коньковому шагу на равнине, на пологом склоне, без палок, и с палками, прохождение дистанции коньковым ходом.</p> <p>2. Сдача контрольных нормативов</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №28 Составление и выполнение упражнений для развития выносливости.</p>	4 4 2 2	

<b>Тема 5.4.</b> Слуски, подъемы, повороты, торможения, преодоления препятствий	<b>Практические занятия</b>	4
	1. Закрепление технических приемов: спуски в низкой стойке, основной, высокой; подъемы скользящим шагом, скользящим бегом, полуселочкой, елочкой. 2. Совершенствование выполнения поворотов переступанием, плугом, махом на параллельных лыжах, упором; торможения плугом, упором, боковым соскальзыванием; преодоление канав, лежащих деревьев. <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР№29. Подбор материала для сообщения на тему: «Лыжные мази, их назначение»	
<b>Тема 5.5.</b> Основные элементы тактики лыжных гонок	<b>Практические занятия</b>	4
	1. Распределение сил, лидирование, обгон, финиширование. 2. Сдача контрольных нормативов.	4
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №30 Подготовка тематического сообщения «Лыжные мази, их назначение». СР №31. Составление и выполнение упражнений для развития выносливости.	2 2
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2

<b>Тема 5.4.</b> Спуски, подьемы, повороты, торможения, преодоления препятствий	<b>Практические занятия</b>	4
	1. Закрепление технических приемов: спуски в низкой стойке, основной, высокой; подьемы скользящим шагом, скользящим бегом, полуюлочкой, елочкой. 2. Совершенствование выполнения поворотов переступанием, плугом, махом на параллельных лыжах, упором; торможения плугом, упором, боковым соскальзыванием; преодоление канав, лежащих деревьев. <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР№29. Подбор материала для сообщения на тему: «Лыжные мази, их назначение»	
<b>Тема 5.5.</b> Основные элементы тактики лыжных гонок	<b>Практические занятия</b>	4
	1. Распределение сил, лидирование, обгон, финиширование. 2. Сдача контрольных нормативов. <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> СР №30 Подготовка тематического сообщения «Лыжные мази, их назначение». СР №31. Составление и выполнение упражнений для развития выносливости. <b>Дифференцированный зачет</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.7ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы имеется спортивный комплекс, включающего спортивный зал, открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

##### **Оборудование спортивного комплекса:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-методический комплект по дисциплине;
- беговая дорожка
- велоэргометр
- массажёр
- скамья для прессы;
- скамья для жима;
- скамья скотта;
- снаряд универсальный для комплексного развития мышц;
- гири;
- мячи волейбольные;
- мячи баскетбольные;
- мячи футбольные;
- ворота футбольные;
- щиты баскетбольные;
- сетка волейбольная;
- информационные стенды.

##### **Технические средства обучения:**

- компьютер.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

##### **Основные источники:**

1. Физическая культура : учебник для студ. учрежд. сред. проф. образования [текст] / Н.В. Решетников ; Ю.Л. Кислицин ; Р.Л. Палтиевич .- 13 изд. исправ. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.- 176 с.

2. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования [текст] / А.А. Бишаева.- 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.- 320 с.

##### **Дополнительные источники:**

3. Решетников, Н.В. Физическая культура [Текст]: учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицин, Р.Л. Погадаев. - 10-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 176 с.

4. Жукунов Е.В. «Физическая культура в школе»./ Научно-методический журнал.- М.; «Школа-Пресс».- 2010-2018гг.-65с.

##### **Интернет – ресурсы:**

5. Всё для учителя физкультуры. – Режим доступа: <http://spo.1september.ru>;

6. Физкультура. – Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru/node/910>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>личностных</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>– готовность к служению Отечеству, его защите;</li> <li>– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</li> <li>– воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> <li>– освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</li> </ul>	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса, дифференцированный зачет.
<b>метапредметных:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности: анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</li> <li>– овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;</li> <li>– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</li> <li>– развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>– формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</li> <li>– развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</li> <li>– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</li> <li>– развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</li> <li>– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других</li> </ul>	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса, дифференцированный зачет.

<p>технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</li> <li>– формирование установки на здоровый образ жизни;</li> <li>– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</li> </ul>	
<b>предметных:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;</li> <li>– получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li> <li>– сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</li> <li>– сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</li> <li>– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</li> <li>– освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</li> <li>– развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</li> <li>– развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</li> <li>– освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>– владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</li> </ul>	<p>Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса, дифференцированный зачет.</p>

**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения позволяют проверять у обучающихся развитие общих компетенций.**

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- аргументированность и полнота объяснения сущности и социальной значимости будущей профессии;</li> <li>- активность, инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности;</li> <li>- участие в студенческих конференциях, конкурсах.</li> </ul>	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса, дифференцированный зачет.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	- обоснованность постановки цели, выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач;	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса,

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля и оценки
	- своевременность выполнения заданий.	дифференцированный зачет.
ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.	- способность принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, внеаудиторной самостоятельной работы, устного опроса, дифференцированный зачет.
ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.	- обоснованность отбора и использования информации при решении профессиональных задач.	Оценка результатов выполнения заданий внеаудиторной самостоятельной работы
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- рациональное применение информационных источников в ходе выполнения профессиональных задач.	Оценка результатов выполнения заданий внеаудиторной самостоятельной работы
ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.	- проявление ответственности за работу членов команды, результат выполнения заданий. - взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе парной и групповой работы.	Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях
ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).	- осознанное стремление быть готовым к исполнению воинской обязанности.	Оценка выполнения заданий на практических занятиях, контрольных работ, внеаудиторных самостоятельных работ, дифференцированный зачет