

СД

Министерство образования и науки Республики Татарстан
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Лениногорский политехнический колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

2024

Рассмотрена на заседании ПЦК
общеобразовательных дисциплин
Протокол № 4 от "10" апреля 2024 г.
Председатель _____ Юсупова Г.М.

Утверждаю
Заместитель директора по НМ
Н.Б.Щербаков
« 10 » 2024

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности (далее – СПО) 15.02.19 Сварочное производство.

Разработчики:

Рахматуллина Айгуль Азатовна, преподаватель ГАПОУ «Лениногорский политехнический колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (далее – СПО) 15.02.19 Сварочное производство.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована на курсах повышения квалификации, подготовки и переподготовки на базе основного общего, среднего (полного) общего образования и профессионального образования без учёта стажа работы, должности и типа предприятия.

1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Учебная дисциплина Физическая культура является обязательной частью Социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 15.02.19 Сварочное производство.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 15.02.19 Сварочное производство.

1.3.Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения.

Техник должен обладать общими и профессиональными компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

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

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

ПК 4.5 Обеспечивать безопасные условия труда и профилактику травматизма на сборочно-сварочном участке.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные результаты:

ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их прав.

ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей.

ЛР 9 Сознательный ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм

зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

1.4 Количество часов на освоение программы дисциплины:

Всего: 148 часов, в том числе:

во взаимодействии с преподавателем 124 часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объём часов</i>
Всего	148
в том числе:	
теоретическое обучение	2
лабораторные и практические занятия	122
Практическая подготовка	122
самостоятельная работа	24
консультации	0
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	

Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4

II курс			
Раздел 1			
Тема 1.1. Физическая культура	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Инструктаж ТБ на уроках ФК. Основы ЗОЖ. ППФК	2	
	Самостоятельная работа: 1.1. Доклад «Утренняя гимнастика, как залог ЗОЖ»	1	
Раздел 2. Легкая атлетика			
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции	Профессионально-ориентированное содержание	7	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Техника низкого старта	1	
	Финиширование	1	
	Специальные упражнения на скорость	1	
	Бег 60 м	1	
	Бег 100 м	1	
	Бег 1000 м	1	
	Прыжок в длину с места	1	
	Самостоятельная работа 2.1. Оздоровительный бег 2.2. Составление комплекса ОРУ на выносливость 2.3. Реферат на тему «Профессионально-прикладное значение физического качества силы» 2.4. Составление комплекса ОРУ на гибкость	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
Раздел 3. Баскетбол			
Тема 3.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Совершенствование стойки игрока.	1	
	Совершенствование перемещение игрока	1	
	Тактика перемещения, остановки и поворотов игрока	1	

Тема 3.2. Передача мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 7	
	Совершенствование техники передачи мяча	1		
Тема 3.3. Ведение мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9	
	Совершенствование техники ведения мяча	1		
	Совершенствование техники комбинаций из изученных элементов техники баскетбола	1		
Тема 3.4. Техника штрафных бросков	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 5	
	Совершенствование техники бросков	1		
	Техника штрафных бросков	1		
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Профессионально-ориентированное содержание	5	ОК.01,04,08 ЛР 7	
	Обучение тактическим действиям игроков в защите.	1		
	Противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока.)	1		
	Групповые (взаимодействия двух и трех игроков)	1		
	Командные действия (позиционное и стремительное нападение)	1		
	Обучение тактическим действиям игроков в нападении.	1		
Тема 3.6. Основы методов судейства и тактики игры	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9	
	Техника игры и правила судейства.	1		
	Самостоятельная работа: 3.1. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц брюшного пресса у юношей. 3.2. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц ног у юношей. 3.3. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц спины. 3.4. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц верхнего плечевого пояса.	2		ОК.01,04,08 ЛР 9
Промежуточная аттестация в форме зачета		1		
Раздел 4. Лыжная подготовка		11		
Тема 4.1. Лыжная подготовка	Профессионально-ориентированное содержание	6	ОК.01,04,08 ЛР 5	
	Переход с попеременных ходов на одновременные	1		
	Коньковый ход	1		
	Техника обгона впереди идущего	1		
	Совершенствование конькового хода.	1		
	Совершенствование одновременных ходов.	1		
	Бег на лыжах 1 км	1		
Тема 4.2. Спуски,	Профессионально-ориентированное содержание	4		

подъемы, торможение	Техника спусков, подъемов, торможений	2	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Бег на лыжах 2 км	2	
	Самостоятельная работа: 4.1. Бег на лыжах 1 км классическим ходом	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Раздел 5. Гимнастика	11	
Тема 5.1. Строевые приемы.	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Передвижение. Построение и перестроение.	1	
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений.	Профессионально-ориентированное содержание	5	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Кувырок вперед.	1	
	Кувырок назад.	1	
	Стойка на голове и руках.	1	
	Стойка на лопатках.	1	
	Акробатические соединения.	1	
Тема 5.3. Упражнения на брусьях и перекладине.	Профессионально-ориентированное содержание	4	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Висы, упоры.	1	
	Подъем переворот.	1	
	Сгибание разгибание рук в упоре на брусьях.	1	
	Подтягивание на перекладине.	1	
	Самостоятельная работа: 5.1. Составление комплекса ОРУ на гибкость	1	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Раздел 6. Волейбол	8	ОК.01,04,08 ЛР 9
Тема 6.1. Стойки и перемещение игрока	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Совершенствование техники перемещения игрока	1	
Тема 6.2. Приемы и передачи мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Совершенствование техники приемов и передачи мяча.	1	
	Совершенствование техники нижней передачи мяча.	1	
Тема 6.3. Тактика игры в защите и нападении	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Совершенствование тактики игры в защите	1	
	Подача в зоны	1	
	Самостоятельная работа: 6.1. Подготовить реферат на тему «История возникновения волейбола» 6.2. Доклад «Знаменитые игроки волейбола в России»	2	ОК.01,04,08 ЛР 5

	6.3. Доклад «Знаменитые игроки волейбола в Татарстане»		
Промежуточная аттестация в форме зачета		1	

	III курс		
	Раздел 1		
Тема 1.1. Физическая культура	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Инструктаж ТБ на уроках ФК. Основы ЗОЖ. ППФК	1	
	Самостоятельная работа: 1.1. Доклад «Утренняя гимнастика, как залог ЗОЖ»	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Раздел 2. Легкая атлетика	7	
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции	Профессионально-ориентированное содержание	6	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Специальные упражнения на скорость	1	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции	1	
	Бег 60 м	1	
	Бег 100 м	1	
	Бег 1000 м	1	
	Прыжок в длину с места	1	
	Самостоятельная работа 2.1. Составление комплекса ОРУ на выносливость	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Раздел 3. Баскетбол	15	
Тема 3.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Совершенствование стойки игрока и перемещение игрока	1	
Тема 3.2. Передача мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Совершенствование техники передачи мяча	1	
Тема 3.3. Ведение мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Совершенствование техники ведения мяча	1	
	Совершенствование техники комбинаций из изученных элементов техники баскетбола	1	
Тема 3.4. Техника штрафных бросков	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Совершенствование техники бросков	1	
	Техника штрафных бросков	1	
	Штрафной бросок	1	

Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Обучение тактическим действиям игроков в защите.	1	
	Групповые (взаимодействия двух и трех игроков)	1	
	Командные действия (позиционное и стремительное нападение)	1	
Тема 3.6. Основы методов судейства и тактики игры	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Техника игры и правила судейства.	1	
	Тактика игры: техника поворотов, приема и передачи мяча.	1	
	Самостоятельная работа: 3.1. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц брюшного пресса у юношей. 3.2. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц ног у юношей.	2	ОК.01,04,08 ЛР 5
Промежуточная аттестация в форме зачета		1	
Раздел 4. Лыжная подготовка		12	
Тема 4.1. Лыжная подготовка	Профессионально-ориентированное содержание	6	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Переход с попеременных ходов на одновременные	2	
	Коньковый ход	2	
	Бег на лыжах 1 км	2	
Тема 4.2. Спуски, подъемы, торможение	Профессионально-ориентированное содержание	4	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Техника спусков, подъемов, торможений	2	
	Бег на лыжах 2 км	2	
	Самостоятельная работа: 4.1. Бег на лыжах 1 км классическим ходом	2	ОК.01,04,08 ЛР 5
Раздел 5. Гимнастика		4	
Тема 5.1. Техника акробатических упражнений	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Кувырок вперед, кувырок назад	1	
	Стойка на голове и руках	1	
	Акробатические соединения	1	
	Самостоятельная работа: 5.1. Составление комплекса ОРУ на гибкость	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
Раздел 6. Волейбол		7	
Тема 6.1. Стойки и перемещение игрока	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Совершенствование техники перемещения игрока	1	

Тема 6.2. Приемы и передачи мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Совершенствование техники приемов и передачи мяча.	1	
	Совершенствование техники нижней передачи мяча.	1	
Тема 6.3. Тактика игры в защите и нападении	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Совершенствование тактики игры в защите	2	
	Подача в зоны	1	
	Самостоятельная работа: 6.1. Подготовить реферат на тему «История возникновения волейбола»	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
Промежуточная аттестация в форме зачета		1	

	IV курс		
	Раздел 1	2	
Тема 1.1. Физическая культура	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Инструктаж ТБ на уроках ФК. Основы ЗОЖ. ППФК	1	
	Самостоятельная работа: 1.2. Доклад «Утренняя гимнастика, как залог ЗОЖ»	1	
	Раздел 2. Легкая атлетика	5	
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции	Профессионально-ориентированное содержание	4	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Финиширование	1	
	Специальные упражнения	1	
	Бег 60 м	1	
	Бег 100 м	1	
	Самостоятельная работа 2.1. Составление комплекса ОРУ на гибкость 2.2. Составление комплекса ОРУ на скорость	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Раздел 3. Баскетбол	16	
Тема 3.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 5
	1. Совершенствование стойки игрока	1	
	2. Совершенствование техники прыжков, остановок, поворотов	1	
Тема 3.2. Передача мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	4	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Передача мяча двумя руками от груди, передача мяча двумя руками сверху	1	
	Передача двумя руками снизу, передача мяча одной рукой от плеча, передача одной рукой.	1	

	Передача от головы или сверху, передача одной рукой «крюком», передача одной рукой снизу.	1	
	Передача одной рукой сбоку, скрытые передачи мяча за спиной	1	
Тема 3.3. Ведение мяча.	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Ведение с высоким отскоком.	1	
	Ведение с низким отскоком	1	
	Обводка соперника с изменением высоты отскока, направления, скорости, поворота и переводом мяча.	1	ОК.01,04,08 ЛР 7
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападение	Профессионально-ориентированное содержание	4	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Техника защиты и овладения мячом	1	
	Противодействие	1	
	Тактика нападения	1	
	Групповые, командные действия	1	
Тема 3.6. Основы методов судейства и тактики игры	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Знать технику игры и правила судейства.	1	
	Самостоятельная работа: 3.1. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц ног у юношей. 3.2. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц спины у юношей.	2	ОК.01,04,08 ЛР 7
Промежуточная аттестация в форме зачета		1	
Раздел 4. Лыжная подготовка		4	
Тема 4.1. Лыжная подготовка	Профессионально-ориентированное содержание	3	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Переменные ходы	1	
	Коньковый ход	1	
	Бег на лыжах 1 км	1	
	Самостоятельная работа: 4.1. Бег на лыжах 1 км классическим ходом	1	ОК.01,04,08 ЛР 7
Раздел 5. Гимнастика		3	
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Профессионально-ориентированное содержание	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Кувырок вперед	1	
	Кувырок назад.	1	
	Самостоятельная работа: 5.1. Бег по пересеченной местности	1	ОК.01,04,08 ЛР 5

	5.4. Выполнение силовых упражнений		
	Раздел 6. Волейбол	5	
Тема 6.3. Нижняя прямая подача мяча	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 7
	Нижняя прямая подача	1	
Тема 6.4. Верхняя прямая подача	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Верхняя прямая подача	1	
Тема 6.5. Тактика игры в защите и нападении	Профессионально-ориентированное содержание	1	ОК.01,04,08 ЛР 5
	Подача в зоны, нападающий удар	1	
	Самостоятельная работа: 6.1 Доклад «Знаменитые игроки волейбола в Татарстане» 6.2 Комплекс ОРУ	2	ОК.01,04,08 ЛР 9
	Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Оборудование спортивного зала:

1. Мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные;
2. Скакалка;
3. Обручи;
4. Шведская лестница;
5. Гимнастические маты;
6. Лыжный инвентарь.

Технические средства обучения: секундомер, табло механическое.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ А.А.Бишаева. —6-е изд., стер.—М. : Издательский центр «Академия», 2020. — 304 с.

2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО): учебное пособие/ М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — 4-е изд., стер. — М. : КНОРУС, 2020. — 240 с. 305

2. Электронные издания (электронные ресурсы)

2.1.Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] Режим доступа : www.minstm.gov.ru

2.2. Федеральный портал «Российское образование»). [Электронный ресурс] Режим доступа : www.edu.ru

2.3. Официальный сайт Олимпийского комитета России). [Электронный ресурс] Режим доступа : www.olympic.ru

2.4. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП 2009) [Электронный ресурс]: учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Режим доступа: www.goup32441.narod.ru

2.5 Мрочко, О.Г. Психолого-педагогический тренинг как способ стимулирования физического развития студентов [Электронный ресурс]: Методические рекомендации. - М.: МГАВТ, 2019. - 48 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=537854>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	ДЗ, 3
Основы здорового образа жизни	ДЗ, 3
Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	ДЗ, 3
Средства профилактики перенапряжения	ДЗ, 3
Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	ДЗ, 3
Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	ДЗ, 3
Пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	ДЗ, 3
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	ДЗ, 3
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	ДЗ, 3
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	ДЗ, 3
ПК 4.5 Обеспечивать безопасные условия труда и профилактику травматизма на сборочно-сварочном участке.	ДЗ, 3
ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам,	Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм

<p>праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их прав.</p>	
<p>ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей.</p>	<p>Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</p>
<p>ЛР 9 Сознательный ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.</p>	<p>Зачет</p>

Прошито, пронумеровано и
скреплено печатью

18 (восемнадцать) листов

Директор ЛПК:

Р.Р. Миняев

