

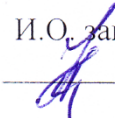
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И.Кузнецова»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОДБ.05. Физическая культура

2020 г.

Согласовано
на заседании цикловой комиссии
протокол № 1 от 28 августа 2020 г.

 / К.В. Воронова /

Утверждаю:
И.О. заведующего филиалом
 Н.М. Коростелев
«31» августа 2020 г.

Программа учебной дисциплины «ОДБ.05. Физическая культура» для профессии среднего профессионального образования 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно-тракторного парка.

Программа разработана на основе примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессии 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно-тракторного парка среднего профессионального образования.

Автор: Соколов П.Н.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

\

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОДБ.05. Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОДБ.05. Физическая культура является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно-тракторного парка.

Учебная дисциплина «ОДБ.05. Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно-тракторного парка. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1-5.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам по всем трудовым функциям профессионального стандарта. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующих ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

Программа разработана в соответствии с особенностями образовательных потребностей инвалидов и лиц с ОВЗ, с учетом возможностей их психофизиологического развития, индивидуальных возможностей и методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденные Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Науки России от 20 апреля 2015 г. № 06-830.

Образование инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организовано совместно с другими обучающимися.

Адаптированная программа разработана в отношении обучающихся с конкретными видами ограничений здоровья (нарушения слуха, нарушения зрения, соматические заболевания), обучающихся совместно с другими обучающимися в учебной группе по специальности.

Реализация адаптированной программы осуществляется с использованием различных форм обучения, в том числе с использованием электронного обучения.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1-5	<ul style="list-style-type: none">- преодолевать полосы препятствий с использованием различных способов передвижения;-выполнять приемы самообороны, страховки и самостраховки;-выполнять комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки;-выполнять соревновательные упражнения и	<ul style="list-style-type: none">- о здоровье, профилактике профессиональных заболеваний и увеличении продолжительности жизни;- требования безопасности на занятиях физической культурой;- способы контроля и оценки

	техникотактические действия в избранном виде спорта; -осуществлять судейство в избранном виде спорта; -проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, фрагменты уроков физической культуры.	индивидуального физического развития и физической подготовленности.
--	--	---

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	257
в том числе:	
теоретическое обучение	4
лабораторные практические работы	-
практические занятия	167
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
контрольная работа <i>(если предусмотрено)</i>	-
Самостоятельная работа	86
Итоговая аттестация	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1.1. Значение физического воспитания для будущей профессиональной деятельности.	Содержание учебного материала	2	ОК 1-5
	Теоретические сведения.		
	В том числе практических и лабораторных работ	0	
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Раздел II. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	30	
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 2.1. Повторение техники специальных подготовительных упражнений	Повторение техники специальных упражнений.	2	ОК 1-5
Тема 2.2. Контрольный бег.	Контрольный бег.	2	ОК 1-5
Тема 2.3 Контрольно-аттестационный урок	Контрольно-аттестационный урок.	2	ОК 1-5
Тема 2.4. Изучение техники низкого старта.	Совершенствование техники низкого старта.	2	ОК 1-5
Тема 2.5. Повторение техники прыжков.	Повторение техники прыжков..	2	ОК 1-5
Тема 2.6. Изучение техники высокого старта.	Совершенствование техники высокого старта.	2	ОК 1-5
Тема 2.7. Изучение техники бега на повороте дорожки (вираже).	Повторение техники бега на повороте Повторение техники бега на вираже.	2	ОК 1-5
Тема 2.8. Изучение техники метания гранаты.	Изучение техники метания гранаты.	2	ОК 1-5
Тема 2.9. Изучение техники метания в цель и на дальность.	Повторение техники метания в цель и на дальность.	2	ОК 1-5
Тема 2.10. Повторение техники метания в цель и на дальность.	Совершенствования техники метания в цель и на дальность	2	ОК 1-5
Тема 2.11. Совершенствование техники метания мяча в цель.	Совершенствование техники метания мяча в цель.	2	ОК 1-5
Тема 2.12. Повторение бега на короткие дистанции.	Повторение бега на короткие дистанции.	2	ОК 1-5
Тема 2.13. Совершенствование техники специальных подготовительных	. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений.	2	ОК 1-5

упражнений.			
Тема 2.14. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений.	Сдача контрольных нормативов: челночный бег 4х9 (с кубиками); 3х10. Развитие скорости. Развитие двигательных качеств.	2	ОК 1-5
Тема 2.15. Совершенствование скоростно-силовых способностей.	Совершенствование скоростно-силовых способностей.	2	ОК 1-5
	Самостоятельная работа обучающихся Самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по основным его показателям и показателям физической подготовленности»	20	
Раздел III. Гимнастика.	Содержание учебного материала	20	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 3.1. Строевые упражнения.	Строевые упражнения.	2	ОК 1-5
Тема 3.2. Изучение техники прыжков.	Повторение техники прыжков.	2	ОК 1-5
Тема 3.3. Изучение техники кувырков.	Повторение техники кувырков	2	ОК 1-5
Тема 3.4. Изучение техники стойки на лопатках.	Изучение техники стойки на лопатках	2	ОК 1-5
Тема 3.5. Изучение техники выполнения упражнения на брусьях	Тема 3.5. Изучение техники выполнения упражнения на брусьях	2	ОК 1-5
Тема 3.6. Изучение техники соскока на перекладине и брусьях	Повторение техники соскока на перекладине и брусьях Соскоки с перекладины и брусьев.	2	ОК 1-5
Тема 3.7. Повторение техники соскока на перекладине и брусьях.	Совершенствование техники соскока с перекладины и брусьев.	2	ОК 1-5
Тема 3.8. Совершенствование техники подъема переворотом на перекладине.	Техника подъема и переворота на брусьях. Совершенствование техники подъема переворота на перекладине.	2	ОК 1-5
Тема 3.9. Изучение стойки на голове и руках	Изучение стойки на голове.	2	ОК 1-5
Тема 3.10. Сдача зачетных упражнений.	Сдача зачетных упражнений	2	ОК 1-5
	Самостоятельная работа	14	ОК 1-5
	Кроссовый бег		
Раздел IV. Спортивные игры (волейбол).	Содержание учебного материала	17	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 4.1. Изучение техники специальных подготовительных упражнений.	Изучение техники специальных подготовительных упражнений	2	ОК 1-5
Тема 4.2. Повторение техники СПУ.	Изучение техники спуска	2	ОК 1-5
Тема 4.3. Изучение техники прямого	Изучение техники прямого нападающего удара	2	ОК 1-5

нападающего удара.			
Тема 4.4. Страховка при нападающем ударе и блокирование.	Повторение техники прямого нападающего удара. Изучение техники одиночного блокирования. Организация страховки. Нападающий удар с различных передач	2	ОК 1-5
Тема 4.5. Совершенствование техники нижней прямой передачи мяча, техника передачи мяча в парах и в колоннах через сетку.	Техника передачи мяча в различные зоны.	2	ОК 1-5
Тема 4.6. Техника передачи мяча в различные зоны.	Совершенствование техники передачи мяча.	2	ОК 1-5
Тема 4.7. Совершенствование техники передачи мяча.	Сдача учебных нормативов по волейболу	1	ОК 1-5
Тема 4.8. Сдача учебных нормативов по волейболу.	Сдача учебных нормативов по волейболу	4	ОК 1-5
	Самостоятельная работа	16	ОК 1-5
	Изучение правил игры, судейских жестов, протоколов игр.		
Раздел V. Лыжная подготовка.	Содержание учебного материала	14	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 5.1. Изучение техники переменного одношажного хода.	Изучение техники переменного одношажного хода.	3	ОК 1-5
Тема 5.2. Изучение техники переменного двухшажного хода.	Изучение техники переменного двухшажного хода.	3	ОК 1-5
Тема 5.3. Изучение техники конькового хода.	Повторная ходьба с соревновательной скоростью на отрезках 5-6 км. Элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование	4	ОК 1-5
Тема 5.4. Совершенствование техники конькового хода.	Повторение техники конькового хода	2	ОК 1-5
Тема 5.6. Сдача контрольных нормативов.	Сдача контрольных нормативов.	2	ОК 1-5
	Самостоятельная работа	16	ОК 1-5
	Закрепление тактических действий в играх.		
Раздел VI. Профессионально-Прикладная Физическая Подготовка (П.П.Ф.П.)	Содержание учебного материала	32	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 6.1. Различные виды ходьбы.	Бег с внезапными остановками.	2	ОК 1-5
Тема 6.2. Бег с внезапными остановками	Упражнения на согласование движений.	2	ОК 1-5
Тема 6.3. Упражнения на согласование движений.	Бег с ускорениями.	2	ОК 1-5

Тема 6.4. Упражнения с мячами.	Упражнения с мячами.	2	ОК 1-5
Тема 6.5. Упражнения на гимнастической стенке.	Упражнения на гимнастической стенке.	2	ОК 1-5
Тема 6.6. Растяжка.	Ускорение на короткие дистанции.	2	ОК 1-5
Тема 6.7. Ведение, броски мяча.	Ведение мяча.	2	ОК 1-5
Тема 6.8. Старт, финиш	Ускорение низкий старт.	2	ОК 1-5
Тема 6.9. Ускорение на короткие дистанции.	Прыжки Опорные прыжки.	2	ОК 1-5
Тема 6.10. Ведение мяча.	Ведение баскетбольных мячей. Развитие техники спу Развитие техники спу	2	ОК 1-5
Тема 6.11. Ускорение с низкого и высокого стартов.	Изучение специальных подготовительных упражнений Зачет дифференцированный.	2	ОК 1-5
Тема 6.12. Прыжки.	Прыжки с высокой опоры на маты. Упражнение с отягощениями и сопротивлениями	3	ОК 1-5
Тема 6.13. Опорные прыжки	Опорные прыжки через козла. Передача мяча от груди с отскоком от пола.	3	ОК 1-5
Тема 6.14. Ведение баскетбольных мячей.	Ведение баскетбольных мячей, меняя направление и скорость движения. Броски мяча в корзину на точность.	2	ОК 1-5
Тема 6.15. Развитие техники СПУ.	Повороты, наклоны, вращение головой и туловищем; передвижение по ограниченной опоре; равновесие на гимнастической скамейке.	2	ОК 1-5
Тема 6.16. Развитие техники СБУ.	Бег с внезапными остановками. Ведение мяча с ускорением, меняя направление и скорость движения.	2	ОК 1-5
	Самостоятельная работа	10	ОК 1-5
	Составление композиции ритмической гимнастики под музыкальное сопровождение.		
Раздел VII. Спортивные игры (футбол).	Содержание учебного материала	20	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 7.1. Изучение специальных подготовительных упражнений.	Бег боком и спиной вперед наперегонки. Старты и ускорения с мячом. Рывок к мячу с последующим ударом поворотом. Действия против игрока без мяча и с мячом (выбивание, отбор, перехват). Изучение техники удара по мячу внешней стороной стопы.	2	ОК1- 5
Тема 7.2. Изучение техники удара по мячу.	Изучение техники удара по мячу внешней частью подъема. Единоборство за мяч с толчками и отбором. Варианты ударов по мячу ногой и головой без сопротивления и с сопротивлением защитника.	2	ОК 1-5
Тема 7.3. Изучение техники остановки мяча.	Изучение техники остановки мяча внутренней и внешней частью стопы. Изучение техники остановки мяча левой и правой ногой. Варианты остановок мяча грудью.	2	ОК 1-5
Тема 7.4. Повторение техники остановки мяча подошвой, подъемом.	Повторение техники ведения мяча – внутренней стороны стопы; внутренней, внешней частью подъема. Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	2	ОК1- 5

Тема 7.5. Изучение тактических действий.	Изучение индивидуальных, групповых и командных тактических действий.	2	ОК1- 5
Тема 7.6. Закрепление тактики и техники, совершенствование приемов и действий.	Взаимодействие защитников, полузащитников, нападающих. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	2	ОК1- 5
Тема 7.7. Повторение техники удара по мячу.	Повторение техники удара носком, пяткой – с места, с разбега по неподвижному и катящемуся мячу. Переменный бег с мячом.	2	ОК 1-5
Тема 7.8. Изучение техники отбора мяча.	Изучение техники отбора мяча: ударом, остановкой, с применением финта, выпада, подкатом. Изучение техники вбрасывания мяча с места из положения: ноги вместе, врозь, одна впереди.	2	ОК 1-5
Тема 7.9. Изучение техники	Повторение техники отбора мяча: ударом, остановкой, с применением финта, выпада, подкатом. Создание численного превосходства на определенном участке поля и использование его для взятия ворот.	2	ОК 1-5
Тема 7.10. Повторение и совершенствование техники отбора и передачи мяча.	Повторение техники вбрасывания мяча с места из положения: ноги вместе, врозь, одна впереди. Совершенствование техники длинных передач мяча. Учебная игра.	2	ОК 1-5
	Самостоятельная работа	15	ОК 1-5
	Составление комплекса упражнений атлетической гимнастики с профессиональной направленностью		
Раздел VIII. Спортивные игры (баскетбол).	Содержание учебного материала	18	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 8.1. Техника ведения и бросок мяча в кольцо.	Ведение и передача мяча от груди. Ведение и бросок мяча в кольцо после двух шагов, штрафные броски. Учебная игра.	2	ОК 1-5
Тема 8.2. Штрафной бросок.	Совершенствовать штрафной бросок. Ловля и передача двумя руками от груди с шагом.	2	ОК 1-5
Тема 8.3. Совершенствование техники быстрого прорыва.	Совершенствование техники броска по кольцу со средней и дальней дистанции. Совершенствование техники игроков в быстром прорыве. Учебная игра.	2	ОК 1-5
Тема 8.4. Совершенствование техники передвижений, перемещений, остановок, поворотов стоек.	Совершенствование передвижений в защитной стойке баскетболиста. Обучение ведению мяча с изменением направления, переводу мяча перед собой. Развитие скоростных и координационных качеств.	2	ОК 1-5
Тема 8.5. Совершенствование техники защитных действий.	Совершенствовать взаимодействие игроков в позиционном нападении и данной защите. Развитие игровой выносливости и быстроты двигательной реакции. Бросок мяча после ведения.	2	ОК 1-5
Тема 8.6. Совершенствование техники ведения мяча.	Совершенствование передачи-ловли мяча на месте, при встречном движении. Совершенствование умения броска в корзину в движении с отражением от щита, подбор мяча.	2	ОК 1-5
Тема 8.7. Повторение защитных действий.	Тактические действия в защите. Передача мяча одной рукой в парах в движении.	2	ОК 1-5
Тема 8.8. Совершенствование передачи мяча.	Совершенствование передачи мяча.	2	ОК 1-5
Тема 8.9. Сдача учебных нормативов по баскетболу.	Бросок в кольцо с 3 м (5 бросков). Бросок в кольцо в движении. Бросок с двух шагов. Ведение с обводкой, бросок после получения передачи в движении.	2	ОК 1-5

	Самостоятельная работа	15	ОК 1-5
	Составление акробатической комбинации.		
Раздел IX. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала	18	ОК 1-5
	В том числе практических и лабораторных работ		
Тема 9.1. Повторение техники бега на короткие дистанции.	Старт и стартовый разбег, бег по дистанции и финиширование. Дыхание при беге. Варианты челночного бега, эстафетный бег.	2	ОК 1-5
Тема 9.2. Совершенствование техники специальных упражнений.	Совершенствование техники низкого и высокого старта. Бег в равномерном темпе 20-25 минут. Оценка техники челночного бега 3x10, 4x9 (с кубиками). Повторение техники прыжка в длину с места.	2	ОК 1-5
Тема 9.3. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Сдача контрольных нормативов в беге на 100 м, прыжка в длину с места. Повторение техники высокого старта.	2	ОК 1-5
Тема 9.4. Повторение техники бега.	Повторение техники бега на повороте дорожки (виражи). Совершенствование техники высокого старта. Бег с преодолением препятствий и на местности; бега с изменением направления, скорости, способа перемещения. Проведение экспресс-тестов (6-ти минутный бег).	2	ОК 1-5
Тема 9.5. Совершенствование бега на дистанции.	Сдача контрольных нормативов в беге на 200 м. Повторение техники метание гранаты, метание из-за головы через плечо – левая нога вперед, правая нога сзади на носке.	2	ОК 1-5
Тема 9.6. Совершенствование техники бега на дистанции.	Сдача контрольных нормативов в беге на 400 м, в метании гранаты из-за головы.	2	ОК 1-5
Тема 9.7. Совершенствование техники специальных беговых упражнений.	Сдача контрольных нормативов в беге на 1000 м. (юноши), 800 м (девушки). Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.	2	ОК 1-5
Тема 9.8. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений.	Контрольный аттестационный урок: подтягивание в висе на перекладине (юноши).	2	ОК 1-5
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	2	ОК 1-5
Курсовой проект (работа) (для профессии не предусмотрено)		0	
Обязательные аудиторские учебные занятия по курсовому проекту (работе)		0	
Самостоятельная учебная работа обучающегося над курсовым проектом (работой) (для профессии не предусмотрено)		0	
Промежуточная аттестация		2	
Всего:		171	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- спортивный зал,
- открытая спортивная площадка,
- Оборудование спортивного зала:
 - брусья разновысокие -1шт.
 - щиты баскетбольные с кольцами – 4 шт.;
 - стенки гимнастические (пролеты) 8 шт.;
 - скамейки гимнастические- 6 шт.;
 - маты гимнастические -6 шт.;
 - канат подвесной для лазания -1шт.;
 - козел гимнастический- 2 шт. ;
 - конь гимнастический -1 шт.;
 - мостики деревянные -3шт.;
 - канат для перетягивания-1шт.;
 - обручи-10 шт.;
 - скакалки – 15 шт.;
 - гранаты 500 и 700 г-10 шт.;
 - ядро 4 кг-1 шт.;
 - лыжи беговые с креплениями- 15пар.;
 - палки лыжные -15пар;
 - ботинки лыжные-15 пар;
 - мячи футбольные -2шт.;
 - мячи баскетбольные – 8 шт.;
 - мячи волейбольные -8 шт.;
 - сетки волейбольные –2 шт.

- Учебный кабинет оснащен для обучающихся с различными видами ограничений здоровья (нарушения зрения, слуха, нервно – психические нарушения, соматические заболевания).

- Для слабовидящих обучающихся в учебной аудитории предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

- Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

Основные источники:

- 1.Лях В.И. Физическая культура 10-11 классы: учебник для образовательных учреждений / В.И. Лях, А. А. Зданевич; под ред.В.И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2016. - 237 с
- 2.Лях В.И. Физическая культура 10-11 классы: учебник для образовательных учреждений / В.И. Лях, А. А. Зданевич; под ред.В.И. Ляха. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2017. - 237 с

Дополнительные источники:

1. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 336 с.: ил.; 60x90

1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znaniium.com>].

2. Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 208 с.: 60x90 1/16. - (Профессиональное образование). (переплет) ISBN 978-5-8199-0325-4 [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znaniium.com>].

Интернет ресурсы

1. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ- <http://lib/sportedu.ru>
2. <http://tpfk.inforsport.ru/>
3. <http://www.uchportal.ru/>
4. <http://www.fizkult-ura.ru/>
5. [www. 1 september.ru](http://www.1september.ru)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>В результате освоения программы, обучающийся (слушатель) должен знать:</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - характеристику базовых видов двигательной деятельности; - основы теории и методики обучения базовым видам двигательной деятельности; - содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной работы по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности и воспитательной работы в коллективах занимающихся; - условия, необходимые для обучения базовым видам двигательной деятельности. 	<p>«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.</p> <p>«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.</p> <p>«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p> <p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	<p>Фронтальный опрос. Тестовые задания. Педагогическое наблюдение. Комплексы упражнений.</p> <p>Практическое выполнение. Судейская практика. Выполнение тестовых упражнений. Дифференцированный зачет</p>
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать различные техники, методики обучения и тренировки базовых видов (гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжного спорта, спортивных и подвижных игр). - методически грамотно организовывать спортивные соревнования для лиц с ограниченными возможностями, судейство соревнований; - использовать оборудование, необходимое для различных базовых видов двигательной деятельности с учетом их особенностей эксплуатации; - изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся адаптивной физкультурно-спортивной деятельностью с позиций достижений специальной психолого-педагогической науки и использовать полученную информацию в работе с ними; - применять нормативно-правовую документацию, регламентирующую профессиональную деятельность; - выбирать оптимальные методы и средства решения профессиональной задачи; 		

<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техническими элементами базовой физической культуры, адаптированными к определенному виду деятельности; - приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов. - техникой безопасности при занятиях базовыми видами двигательной деятельности; - знаниями о требованиях к спортивному оборудованию для занятий физической культурой и спортом и предупреждение травматизма. 		
--	--	--

Для осуществления мероприятий итоговой аттестации инвалидов и лиц с ОВЗ применяются фонды оценочных средств, адаптированные для таких обучающихся и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной профессиональной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех заявленных компетенций.

С целью определения особенностей восприятия обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ и их готовности к освоению учебного материала предусмотрен входной контроль в форме тестирования.

Контроль и оценка результатов освоения предмета осуществляется преподавателем в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Система оценки результативности занятий и требований к освоению обучающимися с ограниченными возможностями здоровья дисциплины «Физическая культура», имеют свою специфику. Их содержание разработано с учетом возможностей слушателей и целей занятий адаптивной физической культурой.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре слушателей, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, делается на стойкую их мотивацию к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях, которые обязательно должны быть замечены преподавателем и сообщены занимающемуся, выставляется положительная оценка.

Положительная оценка должна быть выставлена также слушателю, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной, корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры и другими разделами программного материала.

Слушатели, выполнившие необходимые задания и требования, получают положительную оценку по дисциплине за текущий семестр.