

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования «Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского»

Арзамасский филиал

Отделение среднего профессионального образования
(Арзамасский политехнический колледж им. В.А. Новикова)

УТВЕРЖДЕНО
решением президиума
Ученого совета ННГУ
(протокол от 14.12.2021 г. № 4)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность среднего профессионального образования
20.02.04 ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Квалификация выпускника
ТЕХНИК

Форма обучения
ОЧНАЯ

Арзамас
2021

Программа учебной дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность.

Авторы: преподаватель _____ Е.В. Пяткин

Программа рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии естественнонаучного и гуманитарного циклов от «09» декабря 2021 года. Протокол № 4.

Председатель методической комиссии _____ Н.Г. Кузнецова

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	5
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	28
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	29

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является элементом программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 20.02.04 Пожарная безопасность.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

1.3. Цели и задачи дисциплины; требования к результатам освоения дисциплины:

Цели:

- формирование физической культуры личности и способности направленного применения средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, подготовки к будущей профессиональной деятельности.
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- приобретение компетентностей в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи:

- приобщение к физкультурно-спортивной деятельности, обеспечивающей сохранение и укрепление здоровья.
- самоопределение в выборе средств физической культуры, спорта и туризма;
- приобретение личного опыта творческого использования средств физической культуры для достижения профессиональных успехов.
- формирование установки на здоровый стиль жизни физическое самосовершенствование и самовоспитание.
- формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

1.4. Трудоемкость дисциплины:

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 336 час.;
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 168 час.;
- самостоятельной работы обучающегося 168 час.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения программы ОГСЭ.04. являются общие компетенции (ОК).

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	336
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	168
в том числе:	
практические занятия	168
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	168
Промежуточная аттестация: 1-5 семестры в форме зачета, 6 – в форме дифференцированного зачета	

3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

1 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, самовоспитание.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	– Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики. – Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.	2	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Общая физическая подготовка.			
2.1.1 ОФП Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Физические качества: - общие и специальные. - простые и сложные. Возрастное развитие двигательных качеств. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.2 ОФП Развитие силы и	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

силовой выносливости. Круговая тренировка	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.3 Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
Тема 2.2. Легкая атлетика.			
2.2.1 Бег на короткие дистанции, старт, стартовый разгон, бег 100м.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.2 Бег на короткие дистанции, бег по виражу. Эстафетный бег.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.3 Техника бега на средние дистанции на стадионе Прыжок в длину способом «согнув ноги», бег на 200,400м	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Совершенствование техники двигательных действий	2	
2.2.4 Легкая	Содержание учебного материала	2	ОК.2,3,6

атлетика Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание гранаты 500 г, 700 г.	На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий. Ходьба, бег, ОРУ.	2	
2.2.5 Легкая атлетика Бег на длинные дистанции на стадионе и пересечённой местности. Бег 2000м, 3000м.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники кроссового бега в процессе самостоятельных занятий	2	
2.2.6 бег на 200,400м Прыжок в длину способом «согнув ноги», техника метания.	Содержание учебного материала Сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.	2	
2.2.7 Прыжок в длину способом «согнув ноги», техника метания гранаты Кроссовый бег, развитие выносливости, ОРУ	Содержание учебного материала Решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой. -воспитание координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой. Ходьба, бег, ОРУ Стартовые позиции: высокая, средняя, низкая. Повторное пробегание отрезков 5 по 30м.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.	2	
2.2.8 Прыжок в	Содержание учебного материала	2	ОК.2,3,6

длину способом «согнув ноги». Кроссовый бег, развитие выносливости, ОРУ	Стартовые позиции: высокая, средняя, низкая. Повторное пробегание отрезков 5 по 30м.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.	2	
Тема 2.3. Спортивные игры.			
2.3.1 Настольный теннис. Правила игры. Способы держания ракетки. Передвижения: шаги, прыжки.	Содержание учебного материала Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
2.3.2 Настольный теннис. Способы подачи, приёма подачи, откидка, подрезка, накат.	Содержание учебного материала Сообщение теоретических сведений по правилам игры. Ходьба, бег, ОРУ Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Исследовать историю развития настольного тенниса.	2	
2.3.3 Настольный теннис. Способы подачи, приёма подачи, откидка, подрезка, накат.	Содержание учебного материала Совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис в процессе самостоятельных тренировочных занятий	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	исследовать историю развития настольного тенниса.	2	
2.3.4	Содержание учебного материала	2	ОК.2,3,6

Настольный теннис. Тактика одиночной и парной игры. Двусторонняя учебная игра.	Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
2.3.5 Волейбол.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.</p> <p>На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.</p> <p>На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей:</p> <ul style="list-style-type: none"> -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. <p>4. В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт.</p> <p>5. После изучения техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.</p> <p>6. В процессе занятий по спортивным играм каждым студентом проводится самостоятельная разработка и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемым спортивным играм.</p> <p>сообщение теоретических сведений по правилам игры в волейбол.</p> <p>Ходьба, бег, ОРУ</p> <p>Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.</p>		ОК.2,3,6
	Правила игры. Стойки в волейболе. Поддача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая.	2	

	Приём и передачи мяча.		
	Приём и передачи мяча, техника подачи.	2	
	Нападающий удар по прямой и с переводом мяча в зону 2,4.	2	
	Блокирование нападающего удара одиночное и групповое в зонах 2,3,4.	2	
	Групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Исследовать историю развития волейбола Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий.	2	
	Ходьба, бег, ОРУ Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий. Ходьба, бег, ОРУ Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий. Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 2.4. Спортивная (атлетическая) гимнастика			
Тема 2.4.1	Содержание учебного материала	2	ОК.2,3,6

Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Акробатика, опорный прыжок, упражнения на перекладине, брусьях. Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие силы, гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.	2	
Тема 2.4.2 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Исследование профессиограммы работников управленческого труда.	2	
Тема 2.4.3 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий	2	
Тема 2.4.4 Гимнастика с элементами акробатики, Упражнения на перекладине.	Содержание учебного материала Упражнения на перекладине.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий при выполнении гимнастических упражнений.	2	
Тема 2.5 Лыжная подготовка.			
2.5.1 Техника попеременных лыжных ходов.	Содержание учебного материала Передвижение на лыжах: одновременные ходы, попеременные ходы, коньковые хорды.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
2.5.2 Техника	Содержание учебного материала Переходы с хода на ход.	2	ОК.2,3,6

одновременных лыжных ходов.	Применение способов передвижения на лыжах в условиях однодневного лыжного туристического похода. Повороты: переступанием «плугом».		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
2.5.3 Горнолыжная техника. Повороты, спуски.	Содержание учебного материала Спуски: высокая, средняя, низкой стойки. Торможение: «плугом», упором, падением. Преодоление препятствий на лыжах. Прохождение соревновательной дистанции, участие в зимнем туристическом походе.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
2.5.4 Совершенствование ходов. Кросс 5 км	Содержание учебного материала Развитие выносливости: равномерная тренировка в режиме умеренной и большой интенсивности. Кросс по пересеченной местности.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
Раздел 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка			
Тема 3.1 Кроссовый бег, развитие выносливости, ОРУ	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.2 Развитие силы, ловкости, гибкости	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.3 Развитие	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6

выносливости. Равномерная тренировка Бег 5км. ОРУ.	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.4 Развитие скоростно- силовой выносливости. ОРУ.	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.5 Футбол	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. 4. В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт. 5. После изучения техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.		ОК.2,3,6
	Ведение мяча, групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Ведение мяча, остановка, командные действия игроков.	2	
	Ведение мяча, удары по мячу. Обводка соперника и отбор мяча.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		

	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	6	
Тема 3.5 Плавание.			
3.5.1 Имитационные движения: для освоения техники плавания «басс», «кроль на груди». Вход в воду. Спад из положения согнувшись. Стартовый прыжок.	Содержание учебного материала Упражнения на суше: имитационные движения: для освоения техники плавания «басс», «кроль на груди».	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Упражнения на суше: имитационные движения: для освоения техники плавания «басс», «кроль на груди»	2	
3.5.2 Поворот: плоский закрытый и открытый. Проплывание дистанций до 100 метров избранным способом. Прикладные способы плавания.	Содержание учебного материала Разучивание, закрепление техники двигательных действий в воде.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Разучивание, закрепление техники двигательных действий в воде. Выполнение приемов искусственного дыхания на суше.	2	
Самостоятельная работа		78	
Всего:		156	

2 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, самовоспитание.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	– Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики. – Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.	2	
Тема 1.2 Самоконтроль	Содержание учебного материала Работа на учебных практических занятиях	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики. Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений	2	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Общая физическая подготовка.			
2.1.1 ОФП Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Физические качества: - общие и специальные. - простые и сложные. Возрастное развитие двигательных качеств. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.2 ОФП Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.3 Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
Тема 2.2. Легкая атлетика.			
2.2.1 Бег на короткие дистанции, старт, стартовый разгон, бег 100м.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.2 Бег на короткие дистанции, бег по виражу. Эстафетный бег.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.3 Техника бега на средние дистанции на	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

стадионе Прыжок в длину способом «согнув ноги», бег на 200,400м	Совершенствование техники двигательных действий	2	
2.2.4 Легкая атлетика Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание гранаты 500 г, 700 г.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий. Ходьба, бег, ОРУ.	2	
2.2.5 Легкая атлетика Бег на длинные дистанции на стадионе и пересечённой местности. Бег 2000м, 3000м.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники кроссового бега в процессе самостоятельных занятий	2	
Тема 2.3. Спортивные игры.			
2.3.1 Настольный теннис. Правила игры. Способы держания ракетки. Передвижения: шаги, прыжки.	Содержание учебного материала Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
2.3.2 Настольный теннис. Способы	Содержание учебного материала Сообщение теоретических сведений по правилам игры. Ходьба, бег, ОРУ	2	ОК.2,3,6

подачи, приёма подачи, откидка, подрезка, накат.	Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Исследовать историю развития настольного тенниса.	2	
2.3.3 Настольный теннис. Способы подачи, приёма подачи, откидка, подрезка, накат.	Содержание учебного материала Совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис в процессе самостоятельных тренировочных занятий	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	исследовать историю развития настольного тенниса.	2	
2.3.5 Волейбол.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. 4. В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт. 5. После изучения техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры. 6. В процессе занятий по спортивным играм каждым студентом проводится самостоятельная разработка и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемым спортивным играм.		ОК.2,3,6

	сообщение теоретических сведений по правилам игры в волейбол. Ходьба, бег, ОРУ Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.		
	Нападающий удар по прямой и с переводом мяча в зону 2,4.	2	
	Блокирование нападающего удара одиночное и групповое в зонах 2,3,4.	2	
	Групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий. Ходьба, бег, ОРУ Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий. Разучивание, закрепление техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	2	
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных тренировочных занятий Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 2.3.6 Футбол	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.		ОК.2,3,6

	<p>На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей:</p> <ul style="list-style-type: none"> -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в процессе занятий спортивными играми. <p>4. В зависимости от задач занятия проводятся тренировочные игры, двусторонние игры на счёт.</p> <p>5. После изучения техники отдельного элемента проводится выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.</p>		
	Ведение мяча, групповые и командные действия игроков. Учебная и контрольная игра.	2	
	Ведение мяча, остановка, командные действия игроков.	2	
	Ведение мяча, удары по мячу. Обводка соперника и отбор мяча.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	6	
Тема 2.4. Спортивная (атлетическая) гимнастика			
Тема 2.4.1 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Акробатика, опорный прыжок, упражнения на перекладине, брусьях. Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие силы, гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.	2	
Тема 2.4.2 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Исследование профессиограммы работников управленческого труда.	2	
Тема 2.4.3	Содержание учебного материала	2	ОК.2,3,6

Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий	2	
Тема 2.4.4 Гимнастика с элементами акробатики, Упражнения на перекладине.	Содержание учебного материала Упражнения на перекладине.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий при выполнении гимнастических упражнений.	2	
Раздел 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка			
Тема 3.1 Кроссовый бег, развитие выносливости, ОРУ	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.2 Развитие силы, ловкости, гибкости	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.3 Развитие выносливости. Равномерная тренировка Бег 5км. ОРУ.	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.4	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и	2	ОК.2,3,6

Развитие скоростно- силовой выносливости. ОРУ.	спортивные игры для развития силы и выносливости.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Самостоятельная работа		56	
Всего:		112	

3 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Методико-практические занятия			
Тема 1.1 Самоконтроль	Содержание учебного материала Работа на учебных практических занятиях	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики. Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений	2	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Общая физическая подготовка.			
2.1.1 ОФП Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Физические качества: - общие и специальные. - простые и сложные. Возрастное развитие двигательных качеств. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.2 ОФП Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
2.1.3 Развитие силы и силовой выносливости. Круговая тренировка	Содержание учебного материала Дневник самоконтроля. Тестирование состояния физического развития.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тестирование состояния физического развития.	2	
Тема 2.2. Легкая атлетика.			
2.2.1 Бег на короткие дистанции, старт, стартовый разгон, бег 100м.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.2 Бег на короткие дистанции, бег по виражу. Эстафетный бег.	Содержание учебного материала Быстрота – способность совершать действия в минимальный отрезок времени. Одиночные движения. Комплексные движения. Методы развития быстроты: повторный, соревновательный, игровой.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Спланировать и обосновать оздоровительный комплекс для развития быстроты.	2	
2.2.3 Техника бега на средние дистанции на	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

стадионе Прыжок в длину способом «согнув ноги», бег на 200,400м	Совершенствование техники двигательных действий	2	
2.2.4 Легкая атлетика Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание гранаты 500 г, 700 г.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий. Ходьба, бег, ОРУ.	2	
2.2.5 Легкая атлетика Бег на длинные дистанции на стадионе и пересечённой местности. Бег 2000м, 3000м.	Содержание учебного материала На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Закрепление и совершенствование техники кроссового бега в процессе самостоятельных занятий	2	
Тема 2.4. Спортивная (атлетическая) гимнастика			
Тема 2.4.1 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Акробатика, опорный прыжок, упражнения на перекладине, брусьях. Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие силы, гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.	2	
Тема 2.4.2 Гимнастика с элементами	Содержание учебного материала Решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

акробатики, Опорный прыжок	Исследование профессиограммы работников управленческого труда.	2	
Тема 2.4.3 Гимнастика с элементами акробатики, Опорный прыжок	Содержание учебного материала Воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий	2	
Тема 2.5 Лыжная подготовка.			
2.5.1 Техника попеременных лыжных ходов.	Содержание учебного материала Передвижение на лыжах: одновременные ходы, попеременные ходы, коньковые хорды.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
2.5.2 Техника одновременных лыжных ходов.	Содержание учебного материала Переходы с хода на ход. Применение способов передвижения на лыжах в условиях однодневного лыжного туристического похода. Повороты: переступанием «плугом».	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
2.5.3 Горнолыжная техника. Повороты, спуски.	Содержание учебного материала Спуски: высокая, средняя, низкой стойки. Торможение: «плугом», упором, падением. Преодоление препятствий на лыжах. Прохождение соревновательной дистанции, участие в зимнем туристическом походе.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Катание на лыжах в свободное время 2 раза в неделю по 5 км.	2	
Раздел 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка			
Тема 3.1 Кроссовый бег, развитие	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		

выносливости, ОРУ	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Тема 3.2 Развитие силы, ловкости, гибкости	Содержание учебного материала Исследование профессиограммы работников управленческого труда. Подвижные и спортивные игры для развития силы и выносливости.	2	ОК.2,3,6
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в свободное время	2	
Самостоятельная работа		34	
Всего:		68	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально–техническому обеспечению

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини–футбола, сетки для ворот мини–футбольных, мячи для мини–футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля:

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления

для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка,

турник уличный, брус уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф–1, круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50,

55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт–Финиш», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемой основной и дополнительной литературы, Интернет–ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. – 3-е изд., испр. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 493 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02309-1. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/471143>

2. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 424 с. –

(Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02612-2. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/469681>

3. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 191 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-06071-3. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/473073>

Дополнительная литература:

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 254 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-05755-3. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/453951>

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 441 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-05757-7. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/453953>

3. Алхасов, Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 176 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-11533-8. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/475803>

Интернет–ресурсы:

1. ЭБС Юрайт <https://www.urait.ru/>
2. ЭБС Знаниум <https://www.znanium.com>
3. ЭБС Лань <https://e.lanbook.com/>
4. ЭБС Консультант студента www.studentlibrary.ru/
5. www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
6. www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).
7. www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).
8. www.rosolimp.ru
9. www.Sportpublik.ru

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знания:		
– О роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; – Основы здорового образа жизни	Демонстрировать знания роли физической культуры, основ здорового образа жизни, зоны физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжений.	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование
Умения:		

– Использовать физкультурно–оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Демонстрировать умения применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности пользования средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	Оценка выполнения практических заданий, принятие нормативов. Выполнение индивидуальных заданий.
--	--	---

Описание шкал оценивания

Наименование результата обучения	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.
Наличие умений	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.
Характеристика сформированности компетенций	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач. Требуется	Сформированность компетенций соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений и навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется	Сформированность компетенций в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная	Сформированность компетенций полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических

	повторное обучение.	дополнительная практика по большинству практических задач.	практика по некоторым профессиональным задачам.	(профессиональных) задач.
Уровень сформированности компетенций	Низкий	Ниже среднего	Средний	Высокий