

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ПРАВОСУДИЯ»**

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора АНО ПО

«Колледж правосудия»

\_\_\_\_\_ М.Н. Махиборода

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г

**Рабочая программа учебной дисциплины  
ОУП. 06 «Физическая культура»**

40.02.03 Право и судебное администрирование

Форма обучения: очная

Рязань, 2022

*Автор–составитель:* Нелин М.М.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) 40.02.03 Право и судебное администрирование (базовой подготовки).

Рассмотрена и одобрена на заседании педагогического совета 30 августа 2022 г. Протокол №1.

Заместитель директора  
по методической работе

Н.А. Кривобокова

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Общеобразовательная учебная дисциплина ОУП 06 «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы, разработана на основе требований ФГОС СОО и ФГОС СПО с учетом специальности СПО 40.02.03. *Право и судебное администрирование.*

Учебный предмет относится к предметной области ФГОС среднего общего образования «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» и является общей из обязательных предметных областей. Уровень освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС среднего общего образования: базовый.

Реализация содержания учебного предмета предполагает соблюдение принципа строгой преемственности по отношению содержания курса «Физическая культура» на ступени основного общего образования. В то же время учебный предмет для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

Рабочая программа учебного предмета имеет меж предметную связь с общеобразовательными учебными предметами и дисциплинами: физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Знания, умения, формируемые в результате освоения дисциплины

знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. основы здорового образа жизни и роль физической культуры формировании образа жизни студента; основы самоконтроля самостоятельных занятиях физическими упражнениями;3

уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; самостоятельно методически правильно использовать средства методы физического воспитания самовоспитания для повышения уровня адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического здоровья телосложения.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций:

ОК10. Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности.

В рамках программы общеобразовательной дисциплины обучающимися осваиваются личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПР) результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования

Коды результатов	Результаты освоения общеобразовательной дисциплины должны отражать:
	<b>Личностные результаты</b>
ЛР 02	Гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством

	собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 05	Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности
ЛР 06	Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям
ЛР 07	Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
	<b>Метапредметные результаты</b>
МР 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР 06	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
	<b>Предметные результаты</b>
ПР. 01	Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ПР. 02	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью
ПР. 03	Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств
ПР. 04	Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ПР. 05	Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы общеобразовательной дисциплины</b>	<b>176</b>
<b>1. Обязательная учебная нагрузка, в т. ч.:</b>	<b>117</b>
Лекции, уроки	4
Практические занятия	113
<b>Промежуточная аттестация – зачет в 1 семестре, дифференцированный зачет – во 2 семестре</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание общеобразовательной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Всего часов по учебному плану	Обязательная учебная нагрузка:	В том числе		Самостоятельная работа, консультации	Коды общих компетенций
				Лекции, уроки	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1 СЕМЕСТР</b>		<b>77</b>	<b>51</b>	<b>2</b>	<b>49</b>	<b>26</b>	
<b>Раздел 1. Теоретическая часть</b>							
Тема 1.1 Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития	Самоконтроль, его цель и задачи. Основные методы самоконтроля. Виды диагностики, их цели и задачи. Критерии оценки самоконтроля. Педагогический контроль и его содержание. Виды педагогического контроля.	8	4	2	2	4	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
<b>Раздел 2. Легкая атлетика</b>							
Тема 2.1 Бег на короткие дистанции	Отработка низкого старта. Стартовый разгон. Финиширование. Бег по дистанции. Бег по повороту. Контрольный тест. Методика проведения разминки. Упражнения для совершенствования техники низкого старта.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 2.2 Бег на средние дистанции	Отработка техники высокого старта. Отработка стартового разгона. Отработка финиширования. Бег по дистанции. Бег по повороту. Упражнения для совершенствования техники бега.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 2.3 Бег на длинные дистанции	Техника бега (движение ног, рук, положение туловища). Контрольный тест. Кроссовый бег.	8	6		6	2	

Тема 2.4 Бег по пересеченной местности	Высокий старт. Подъем в гору. Бег под уклон. Преодоление естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении препятствий. Финиширование. Определение частоты дыхания.	8	6		6	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 2.5 Эстафетный бег	Старт для принимающего эстафету. Прием, передача эстафетной палочки. Финиширование. Игры на обучение техники эстафетного бега.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 2.6 Прыжки в длину	Прыжки в длину с места, отработка техники. Прыжки в длину с разбега. Техника разбега: специальные упражнения, старт, ускорения, определение длины разбега, установка контрольных отметок. Техника отталкивания в сочетании с разбегом. Техника приземления. Игры на обучение технике прыжков в длину.	6	4		4	2	
Тема 2.7 Метание гранаты	Держание гранаты и бросок с места. Совершенствование финального усилия при броске. Совершенствование техники бросковых шагов. Свободный бег с гранатой в руке. Совершенствование техники метания гранаты с разбега. ТБ при метании.	6	4		4	2	
<b>Раздел 3. Гимнастика</b>							
Тема 3.1 Строевые упражнения	Шеренга, колонна, дистанция. Направляющий, замыкающий. Рапорт дежурного. Строевые команды. Расчет. Повороты на месте и в движении. Построение в шеренгу. Построение в колонну. Перестроения. Ходьба и бег. Остановка. Изменение скорости, темпа, ритма передвижения.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 3.2 Общеразвивающие упражнения	Упражнения без предметов. Упражнения с предметами: мячом, скакалкой, с отягощениями. Упражнения на снарядах: гимнастической скамейке, гимнастической стенке, тренажерах. Составление комплекса УГ на 16 и 32 счета. Проверка осанки.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 3.3 Оздоровительная гимнастика	Упражнения для формирования правильной осанки, для увеличения подвижности суставов, для укрепления силы мышц, на расслабление, на растягивание мышц, на	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12

	профилактику плоскостопия, на формирование правильной походки. Дыхательные упражнения. Составление комплекса оздоровительной гимнастики.						MP 1-3, MP4-5 PP1-5
Тема 3.4 Атлетическая гимнастика	Упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса груди, спины, брюшного пресса, нижних конечностей.	5	3		3	2	
	<b>2 семестр</b>	<b>99</b>	<b>66</b>	<b>2</b>	<b>64</b>	<b>33</b>	
	<b>Раздел 4 Лыжная подготовка</b>						
Тема 4.1 Строевые упражнения	Одежда, обувь, инвентарь. Подготовка лыж к занятиям. Правила поведения. Предупреждение переохлаждений, заболеваний, травм, обморожений. Строевые приемы с лыжами в руках и на лыжах.	6	6	2	4		ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12
Тема 4.2 Техника лыжных ходов	Стойка лыжника. Лыжный шаг. Скольжение. Отталкивание. Попеременные ходы. Одновременные ходы. Коньковый, полуконьковый ходы. Разминка на занятиях по лыжной подготовке.	6	4		4	2	MP 1-3, MP4-5 PP1-5
Тема 4.3 Техника спусков и подъемов	Подъем скользящим шагом, беговым шагом, ступающим шагом, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Техника спусков, правила ТБ.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12
Тема 4.4 Техника торможения, поворотов	Торможение «плугом», упором, боковым соскальзыванием. Поворот переступанием.	6	4		4	2	MP 1-3, MP4-5 PP1-5
Тема 4.5 Тактика прохождения дистанции	Изучение трассы. Старт. Применение способов лыжных ходов, спусков, подъемов, торможений, поворотов. Техника прохождения дистанции, лидирование, финиширование. Контрольный тест.	6	4		4	2	
	<b>Раздел 5 Баскетбол</b>						
Тема 5.1 Техника игры	Стойки и передвижения. Ведение, передача мяча, броски, остановки. Выполнение контрольных тестов.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12
Тема 5.2 Тактика игры	Зонная защита. Индивидуальная защита. Быстрые прорывы. Командные действия в нападении.	4	2		2	2	MP 1-3, MP4-5

Тема 5.3 Ведение игры	Учебные двухсторонние игры в баскетбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований.	4	2		2	2	ПР1-5
Тема 5.4 Обучение и закрепление ведения игры	Учебные двухсторонние игры в баскетбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований.	6	4		4	2	
<b>Раздел 6 Волейбол</b>							
Тема 6.1 Техника игры	Стойки. Перемещения. Прием, передача мяча. Нападающие удары прямой и боковой. Блокирование. Контрольные нормативы.	4	4		4		ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 6.2 Тактика игры	Тактика игры в защите. Тактика игры в нападении. Тактика подачи. Тактика нападения через игрока передней линии. Тактика нападения через игрока задней линии. Групповые взаимодействия игроков.	4	2		2	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 6.3 Ведение игры	Учебные двухсторонние игры в волейбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований.	4	2		2	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 6.4 Обучение и закрепление ведения игры	Учебные двухсторонние игры в волейбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
<b>Раздел 7 Футбол</b>							
Тема 7.1 Техника игры	Ведение и передача мяча. Удары по мячу. Удары по воротам. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12

Тема 7.2 Тактика игры	Учебные двухсторонние игры в футбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований. Выполнение тестов по физической подготовке.	4	2		2	2	МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 7.3 Ведение игры	Учебные двухсторонние игры в футбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований. Выполнение тестов по физической подготовке.	4	2		2	2	
Тема 7.4 Обучение и закрепление ведения игры	Учебные двухсторонние игры в футбол с применением тактических приемов и соблюдением правил соревнований. Выполнение тестов по физической подготовке.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
<b>Раздел 8 Настольный теннис</b>							
Тема 8.1 Техника игры	Стойка теннисиста. Способы держания ракетки. Выполнение подачи. Выполнение ударов по мячу с попаданием в заданный сектор с изменением темпа.	6	4		4	2	ЛР 1-3, ЛР5-7, ЛР 11, ЛР 12 МР 1-3, МР4-5 ПР1-5
Тема 8.2 Ведение игры	Учебная игра на счет. Атакующие и защитные действия в игре	5	4		4	1	
<b>Зачет – 1 семестр</b>							
<b>Дифференцированный зачет – 2 семестр</b>							
<b>ИТОГО</b>		<b>176</b>	<b>117</b>	<b>4</b>	<b>113</b>	<b>59</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Оснащение учебного кабинета**

Достижение основной цели изучения курса: «Физическая культура» требует обеспечения информационно–техническими ресурсами.

Для проведения лекционных занятий используются проектор, ноутбук.

В качестве средств материально–технического обеспечения данной учебной дисциплины предусматривается использование компьютерного класса, с использованием компьютерной программы Power Point.

Кроме того, для эффективного и качественного проведения занятий используется мультимедийное оборудование.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

##### **Основная литература:**

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 424 с.
2. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020.
3. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 160 с.

##### **Дополнительная литература:**

4. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М., 2017. – 231с.
5. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М., 2017. – 356с.
6. Сайганова Е.Г, Дудов В.А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. – М., 2018. – 231с.
7. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 270 с.
8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. – Москва – М., 2017. – 356с.
9. Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. – М., 2018. – 245с.
10. Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. – Тюмень, 2018. – 356с.
11. Миронова Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. – Кострома, 2017. – 521с.

##### **Интернет-ресурсы**

1. [http://www.benran.ru/Lib\\_kat.htm/](http://www.benran.ru/Lib_kat.htm/) Библиотечные каталоги.
2. <http://www.rsl.ru/> Российская Государственная библиотека.
3. ЭБС [biblio-online.ru](http://biblio-online.ru).
4. <https://www.youtube.com/> – Александра Трусова: пятерные, балет, Олимпиада
5. <https://www.youtube.com/> – «Долгий путь к победе». Антон Шипулин

6. <https://www.youtube.com/> – «Мастер спорта». Иван Скобрев
7. <https://www.youtube.com/> – О XXII Олимпийских зимних играх в Сочи-2014
8. <https://www.youtube.com/> – Новая антитабачная концепция
9. <https://www.youtube.com/> – Российский параспортсмен одержал победу на чемпионате Европы по триатлону.

### Информационно-справочные системы:

Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по учебной дисциплине «Физкультура», обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений обучающихся.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий. Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией в форме зачета в первом семестре и диф.зачета – во 2 семестре.

Результаты обучения (освоенные умения и усвоенные знания)	Критерии оценки	Формы и методы оценки
ПР.1. Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	Освоение техники беговых упражнений на короткие, средние и длинные дистанции. Бег на 100, 500, 1000, 2000 и 3000 м. Умение технично правильно выполнять прыжки в длину с места. Освоение техники метания гранаты. Техника метания мяча, гранаты. Соблюдение техники безопасности.	- выполнение заданных нормативов по л/а; - выполнение заданных нормативов зачета и ГТО; - реферативная работа; - наблюдение за выполнением требований техники безопасности
ПР.2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	Освоение технических приёмов и двигательных действий базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Соблюдение техники безопасности.	- учебная игра, соревнования; - наблюдение за применением техники и тактики в учебной игре, соревнованиях; - наблюдение за выполнением требований техники безопасности.
ПР.3. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности,	Осуществление самоконтроля за состоянием своего здоровья. Умение определять уровень собственного здоровья по тестам (ЧСС, индекс массы тела и т.д.)	-практическое занятие, наблюдение за выполнением измерения ЧСС и

физического развития и физических качеств.		определения массы тела;
ПР.4. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.	Выполнение игровых элементов спортивных игр. Освоение кругового метода тренировки для развития силы основных мышечных групп с отягощениями.	выполнение заданных нормативов. - реферативная работа. - практическое занятие, - наблюдение за правилом проведения физических упражнений
ПР.5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.	Участие и победы в соревнования различного уровня	Наблюдение за результативностью в соревнованиях
МР.1. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.	Участие в спортивных соревнованиях. Участие в судействе спортивных соревнований.	- наблюдение; - реферативная работа (правила соревнований).
МР.2. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Развитие личностно-коммуникативно качеств, совершенствование восприятия, внимания, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений, развитие волевых качеств, инициативности, самостоятельности. Освоение основных игровых элементов.	наблюдение за взаимодействиями с командой в учебно-тренировочной игре на занятиях; - реферативная работа.
МР.3. Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических	Умение взаимодействовать в команде, развитие умений принимать решения в команде	Наблюдение в процессе соревнований

задач, применению различных методов познания		
МР.5. Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности	Участие в спортивных соревнованиях. Участие в судействе спортивных соревнований.	наблюдение; - реферативная работа (правила соревнований).
МР.6. Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей	Участие в спортивных соревнованиях. Участие в судействе спортивных соревнований.	- наблюдение; - реферативная работа (правила соревнований).
ЛР.2. Гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности	- проявление активной жизненной позиции; - проявление уважения к национальным и культурным традициям народов РФ; - уважение общечеловеческих и демократических ценностей	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ЛР.3. Готовность к служению Отечеству, его защите	- демонстрация готовности к исполнению воинского долга	Своевременность постановки на воинский учет. Наблюдение за участием в воинских сборов
ЛР.5. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности	воспитанность и тактичность; - демонстрация готовности к самостоятельной, творческой деятельности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
ЛР. 6. Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность	- взаимодействие с обучающимися,	Успешное прохождение учебной практики.

<p>вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям</p>	<p>преподавателями и мастерами в ходе обучения; - сотрудничество со сверстниками и преподавателями при выполнении различного рода деятельности</p>	<p>Участие в коллективных мероприятиях, проводимых на различных уровнях</p>
<p>ЛР.7. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p>	<p>- взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения; - сотрудничество со сверстниками и преподавателями при выполнении различного рода деятельности</p>	<p>Интерпретация наблюдения за обучающимися</p>
<p>ЛР.11. Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков</p>	<p>готовность вести здоровый образ жизни; - занятия в спортивных секциях;</p>	<p>Спортивно-массовые мероприятия Дни здоровья</p>
<p>ЛР.12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь</p>	<p>- отказ от курения, употребления алкоголя; - забота о своём здоровье и здоровье окружающих; - оказание первой помощи</p>	<p>Спортивно-массовые мероприятия Дни здоровья</p>