

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Самарской области
«Сызранский медико-гуманитарный колледж»

УТВЕРЖДЕНО
приказ директора ГБПОУ «СМГК»
№ 225/01-05од
« 30 » 05 _____ 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП.06 Физическая культура

общеобразовательного учебного цикла
программы подготовки специалистов среднего звена

40.02.01 Право и организация социального обеспечения

базовой подготовки

Сызрань, 2022

ОДОБРЕНА
методическим объединением
преподавателей
общеобразовательного блока

Составлена в соответствии с
Федеральным государственным
образовательным стандартом
среднего общего образования,
федерального государственного
образовательного стандарта
среднего профессионального
образования по специальности
**40.02.01 Право и организация
социального обеспечения**

Руководитель методического
объединения преподавателей
общеобразовательного блока
_____ С.Г. Захарова
Протокол № 9 от 11.05.2022

Заместитель директора по учебной
работе
_____ Н.А. Куликова

Составитель:
Иващенко М.П. преподаватель ГБПОУ «СМГК»
-

Эксперты:

Внутренняя экспертиза

Техническая экспертиза:	Бессараб Т.В. -	методист ГБПОУ «СМГК»
Содержательная экспертиза:	Тимошенко -	преподаватель ГБПОУ «СМГК»

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, а также с учётом требований ФГОС СПО **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	15
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	16
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	25
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	26
Приложение 1	27
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО	27
Приложение 2	30
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО	30

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» разработана на основе:

федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО);

примерной основной образовательной программы среднего общего образования (далее – ПООП СОО);

федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**;

примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины «**ОУП.06 Физическая культура**» социально-экономического профиля;

учебного плана по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**;

рабочей программы воспитания по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Программа учебного предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» **40.02.01 Право и организация социального обеспечения** разработана в соответствии с Концепцией преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования, утвержденной распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 30.04.2021 № Р-98, на основании письма Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2021 № 05-1136 «О направлении методик преподавания».

Содержание рабочей программы по предмету «**ОУП.06 Физическая культура**» разработано на основе:

синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК, ПК) с учетом профильной направленности специальности;

интеграции и преемственности содержания по предмету «**ОУП.06 Физическая культура**» и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет «**ОУП.06 Физическая культура**» изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения** на базе основного

общего образования с получением среднего общего образования и является обязательным учебным предметом.

На изучение предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения** отводится 117 часов и самостоятельная работа – 59 часов (всего 176 часов) в соответствии с учебным планом по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**.

В программе теоретические сведения дополняются практическими занятиями в соответствии с учебным планом по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**.

Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках предмета «**ОУП.06 Физическая культура**».

Контроль качества освоения предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет, как традиционными, так и инновационными методами, включая компьютерное тестирование. Результаты контроля учитываются при подведении итогов по предмету.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета в 1 семестре и дифференцированного зачета по итогам изучения предмета.

1.2. Цели и задачи учебного предмета

Реализация программы учебного предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные базового уровня (ПР б), подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**.

В соответствии с ПООП СОО содержание программы направлено на достижение следующих задач:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

В процессе освоения предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия (далее – УУД), включая формирование компетенций в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Формирование УУД ориентировано на профессиональное самоопределение обучающихся, развитие базовых управленческих умений по планированию и проектированию своего профессионального будущего.

1.3. Общая характеристика учебного предмета

Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Реализация содержания учебной дисциплины «Физическая культура» в преемственности с другими общеобразовательными дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации обучающихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни.

Методологической основой организации занятий по физической культуре является системно-деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

В соответствии со структурой двигательной деятельности содержание учебной дисциплины «Физическая культура» представлено тремя содержательными линиями:

- 1) физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- 2) спортивно-оздоровительной деятельностью с прикладной ориентированной подготовкой;
- 3) введением в профессиональную деятельность специалиста.

Первая содержательная линия ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья студентов и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливает студентов на формирование интересов и потребностей в регулярных занятиях физической культурой и

спортом, творческое использование осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности.

Вторая содержательная линия соотносится с интересами студентов в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся.

Третья содержательная линия ориентирует образовательный процесс на развитие интереса студентов к будущей профессиональной деятельности и показывает значение физической культуры для их дальнейшего профессионального роста, самосовершенствования и конкурентоспособности на современном рынке труда.

Основное содержание учебной дисциплины «Физическая культура» реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами:

теоретическая часть и практическая часть.

Теоретическая часть направлена на формирование у обучающихся мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий. Содержание учебно-методических занятий обеспечивает: формирование у студентов установки на психическое и физическое здоровье; освоение методов профилактики профессиональных заболеваний; овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями; знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи. Темы учебно-методических занятий определяются по выбору из числа предложенных программой.

На учебно-методических занятиях преподаватель проводит консультации, на которых по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки.

Учебно-тренировочные занятия содействуют укреплению здоровья, развитию физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма студентов, а также профилактике профессиональных заболеваний.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Предмет «**ОУП.06 Физическая культура**» изучается на базовом уровне.

В результате изучения учебного предмета **«ОУП.06 Физическая культура»** на уровне среднего общего образования:

обучающийся на базовом уровне научится:

- определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;
- характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;
- составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;
- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
- практически использовать приемы защиты и самообороны;
- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Обучающийся на базовом уровне получит возможность научиться:

- самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;
- выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;
- проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;
- выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;

- выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, плаванию и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**
 1. повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
 2. подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
 3. организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
 4. активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Требования к результатам обучения специальной медицинской группы:

1. Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
2. Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
3. Овладеть элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании.
4. Уметь составить комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
5. Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
6. Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
7. Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка).
8. Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.

Обучающиеся должны знать:

1. Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
2. Индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
3. Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни.
4. Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности.
5. Правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

Предмет **«ОУП.06 Физическая культура»** имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплинами общепрофессионального цикла **ОП. 15.Безопасность жизнедеятельности**, а также междисциплинарными курсами (далее - МДК) профессионального цикла **МДК.01.01. Право социального обеспечения**.

Предмет **«ОУП.06 Физическая культура»** имеет междисциплинарную связь с учебной дисциплиной **«Общие компетенции профессионала»** общепрофессионального цикла в части развития математической, читательской, естественно-научной грамотности, а также формирования общих компетенций в сфере работы с информацией, самоорганизации и самоуправления, коммуникации.

Содержание предмета направлено на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО.

В профильную составляющую по предмету входит профессионально ориентированное содержание, необходимое для формирования у обучающихся общих и профессиональных компетенций.

Программа также учитывает возможность реализации учебного материала в гибридном (смешанном) обучении, а также в формате обучения с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (ДОТ и ЭО).

В программе по предмету **«ОУП.06 Физическая культура»**, реализуемой при подготовке обучающихся по специальности профильно-ориентированное содержание находит отражение в темах:

Раздел 1. Легкая атлетика.

Раздел 2. Спортивные игры – волейбол.

Раздел 3. Лыжная подготовка.

Раздел 4. Гимнастика.

1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета **ОУП.06 Физическая культура** обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПР б):

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
Личностные результаты (ЛР)	
ЛР 01	российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов
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 07	навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности
ЛР 09	готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной 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
ЛР 13	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
Личностные результаты воспитания (ЛР ВР)	
ЛР ВР 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
ЛР ВР 2.1	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости
ЛР ВР 9.1	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
	образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
ЛР ВР 15	Стремящийся к саморазвитию и самосовершенствованию, мотивированный к обучению, к социальной и профессиональной мобильности на основе выстраивания жизненной и профессиональной траектории. Демонстрирующий интерес и стремление к профессиональной деятельности в соответствии с требованиями социально-экономического развития Самарской области.
Метапредметные результаты (МР)	
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 04	готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
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 07	умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
МР 08	владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства
МР 09	владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения
Предметные результаты базовый уровень (ПР б)	
ПРб 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)

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

В процессе освоения предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия, включая формирование компетенций обучающихся в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Виды универсальных учебных действий ФГОС СОО	Коды ОК	Наименование ОК (в соответствии с ФГОС СПО по 40.02.01 Право и организация социального обеспечения)
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса)	ОК 01	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
	ОК 08	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
	ОК 10	Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.
Коммуникативные универсальные учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных,	ОК 06	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
	ОК 07	Брать на себя ответственность за

профессиональных задач)	ОК 10	работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.
Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование, руководство, контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории)	ОК 02	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
	ОК 03	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
	ОК 04	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
	ОК 05	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
	ОК 10	Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета «**ОУП.06 Физическая культура**» закладывается основа для формирования ПК в рамках реализации ООП СПО по специальности **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения)
ОП.15. Безопасность жизнедеятельности	
ПК 1.6	Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.
МДК.01.01. Право социального обеспечения	
ПК 1.6	Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.

2. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	176
самостоятельная работа	59
Основное содержание	117
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	113
Профессионально ориентированное содержание	117
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	113
Промежуточная аттестация зачет, (дифференцированный зачет)	1/1

3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУП.06 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Код и направления воспитательной работы, код личностного результата программы воспитания
Введение	Теоретическое занятие	1	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПР6 01	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 10, ПК 1.6	Спортивное и здоровье – ориентирующее воспитание ЛР ВР 1 ЛР ВР 2.1 ЛР ВР 9.1 ЛР ВР 15
	Техника безопасности на занятии по легкой атлетике				
Раздел 1. Легкая атлетика.					
Тема 1.1 Техника бега на 100 метров.	Практические занятия	4	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПР6 01, ПР6 03, ПР6 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	Спортивное и здоровье – ориентирующее воспитание ЛР ВР 1 ЛР ВР 2.1 ЛР ВР 9.1 ЛР ВР 15
	1. Техника низкого старта. 2. Старт, старт разгон, финиш. 3. Совершенствование техники бега на 100 метров. 4. Тестирование бега на 100 метров.				
	Самостоятельная работа обучающихся	2	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПР6 03		
Тема 1.2	Практические занятия	8	ЛР 01, ЛР 03, ЛР	ОК 01, ОК 02, ОК 06,	

Бег на средние дистанции.	1. Техника старта, стартового разгона. 2. Бег по дистанции, финиширование. 3. Совершенствование техники бега на 400 метров. 4. Тестирование бега: девочки 300 метров, юноши 400 метров.		11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
	Подготовка рефератов по теме «Организация основ исследования и оценки физического развития».				
Тема 1.3 Бег на длинные дистанции 2000 – 3000 метров.	Практические занятия	6			
	1. Техника старта, старт разгона, бега по дистанции, финиширование. 2. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. 3. Тест 2-3 км.		ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08 ОК 10, ПК 1.6	
	Самостоятельная работа обучающихся	3	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
Подготовка рефератов по теме «Определение общей выносливости, PWC170».					
Тема 1.4 Техника прыжков в длину с места.	Практические занятия	6			
	1. Техника постановки ног при отталкивании. 2. Отталкивание, прыжок, приземление.		ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	

	3. Совершенствование техники прыжка в длину – тест.		03, Прб 04		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
	Подготовка рефератов по теме Организация и методика проведение корригирующей гимнастики.				
Тема 1.5 Техника прыжков в длину с разбега.	Практические занятия	5			
	1. Техника разбега при прыжке в длину. 2. Техника отталкивания и приземления. 3. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. 4. Тест прыжков в длину с разбега.			ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6
	Самостоятельная работа обучающихся	4			
	Подготовка рефератов по теме Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.				
Тема 1.6 Техника эстафетного бега 4x100 метров.	Практические занятия	8	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	Спортивное и здоровье – ориентирующее воспитание ЛР ВР 1 ЛР ВР 2.1 ЛР ВР 9.1 ЛР ВР 15
	1. Техника передачи эстафетной палочки. 2. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки. 3. Тестирование эстафетного бега 4x100 метров.				
	Самостоятельная работа обучающихся	4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
	Подготовка рефератов по теме: Изучение основ методики развития скоростных качеств.				
Раздел 2. Спортивные игры - волейбол					
Тема 2.1 Вводное занятие, техника безопасности на занятиях	Теоретическое занятие.		1	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 10, ПК 1.6
	1	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм.			

по спортивным играм.	2	Правила игры.		09, ПРб 01, ПРб 02, ПРб 03, ПРб 04, ПРб 05		
	3	Стойка, передачи.				
	Самостоятельная работа обучающихся		4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
	Изучение основ развития выносливости.					
Тема 2.2 Техника игры в волейбол.	Практические занятия		16			

1	Верхняя прямая подача.		ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	
2	Нижняя прямая подача.				
3	Прием мяча сверху и снизу.				
4	Верхняя передача мяча.				
5	Совершенствование верхней передачи мяча.				
6	Нижняя передача мяча.				
7	Совершенствование нижней передачи мяча.				
8	Совершенствование техники приема мяча снизу, подачи, передачи мяча. Учебная игра.				
Самостоятельная работа обучающихся		4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
Подготовка рефератов по теме «Изучение основ развития силы»			ЛР 01, ЛР 03, ЛР		

			11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, ПРб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 2.1	
Тема 2.3 Тактика игры в волейбол.	Практические занятия		10		
	1	Тактика нападения.			
	2	Совершенствование тактики нападения.			
	3	Тактика защиты.			
	4	Совершенствование тактики защиты.			
Самостоятельная работа обучающихся		4			
Подготовка рефератов по теме «Изучение основ развития гибкости».					
Тема 2.4 Контрольное занятие.	Практическое занятие		8	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03	
	1.Подача мяча любым способом (10 раз) 2.Верхняя и нижняя передача мяча (20 раз)				
Дифференци- рованный зачет	Зачет		1	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, ПРб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 2.1
	Самостоятельная работа обучающихся		4		
	Подготовка рефератов по теме «Изучение основ развития ловкости».				
Раздел 3. Лыжная подготовка.					
Тема 3.1 Техника безопасности по лыжной подготовке.	Теоретическое занятие		1	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03	
	1	Техника безопасности.			
	2	Первая помощь при травмах.			
	Самостоятельная работа обучающихся		4		
Подготовка рефератов по теме «Изучение методики					
					Спортивное и – здоровье ори- ентирующее воспитание ЛР ВР 1 ЛР ВР 2.1 ЛР ВР 9.1 ЛР ВР 15

	регулировки эмоционального состояния».			01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	
Тема 3.2 Техника передвижения на лыжах.	Практические занятия		12			
	1	Техника передвижения с одновременных лыжных ходов на попеременные.				
	2	Совершенствование техники передвижения с одновременных лыжных ходов на попеременные.				
	3	Техника перехода с хода на ход в зависимости от условий.				
	4	Совершенствование техники перехода с хода на ход в зависимости от условий.				
Самостоятельная работа обучающихся		5				
	Подготовка рефератов по теме «Изучение техники бега на 100 – 800 м, 2 – 3 км.».			ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03		
Тема 3.3. Тактика лыжной подготовки.	Практические занятия		12	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, Мр 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08, ОК 10, ПК 1.6	
	1	Элементы тактики лыжных гонок.				
	2	Совершенствование тактики лыжных гонок.				
	3	Техника обгона, финиша.				
	4	Совершенствование техники обгона и финиша.				
	5	Тактика лыжных гонок, правила соревнований.				
	6	Совершенствование тактики лыжных гонок, правил соревнований.				
	Самостоятельная работа обучающихся		4			
Подготовка рефератов по теме «Изучение техники прыжка в длину с места и разбега».						

Тема 3.4. Контрольное занятие	Практические занятия		6	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08 ОК 10, ПК 1.6
	1	Прохождение дистанции 5 - 8км.			
	2	Повторение прохождения дистанции 5 – 8 км.			
	Самостоятельная работа обучающихся		4	ЛР 03, МР 04, МР 05, ПРб 03	
	Подготовка рефератов по теме «Изучение техники подтягивания на высокой перекладине».				
Раздел 4. Гимнастика					
Тема 4.1 техника безопасности на уроках по гимнастике	Теоретическое занятие		1	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 10, ПК 1.6
Тема 4.2 Гимнастиче ские упражнения	Практические занятия		12	ЛР 01, ЛР 03, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 07, МР 09, ПРб 01, ПРб 03, Прб 04	ОК 01, ОК 02, ОК 06, ОК 08 ОК 10, ПК 1.6
	1	Общеразвивающие гимнастические упражнения с партнером.			
	2	Гимнастические упражнения с партнером			
	3	Упражнения с гантелями.			
	4	Упражнения с набивными мячами, обручем.			
	5	Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.			
	6	Упражнения для коррекции нарушений осанки.			
	7	Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.			
8	Гимнастические упражнения у				

Спортивное и
здоровье –
ориентирующее
воспитание
ЛР ВР 1
ЛР ВР 2.1
ЛР ВР 9.1
ЛР ВР 15

		опоры.				
	9	Совершенствование всех гимнастических упражнений.				
	Самостоятельная работа обучающихся		5			
	Подготовка рефератов по теме «Изучение техники бега на лыжах».					

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебного предмета требует наличия спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета: столы и стулья для преподавателя и студентов, доска классная, шкаф для хранения наглядных пособий, учебно-методические материалы.

Основные источники:

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10—11 кл. - М.: 2019. - 237 с.
2. Андрюхина Т.В., Третьякова Н.В. под редакцией Вилеского М.Я. Физическая культура 10-11, М., Русское слово, 2020

Дополнительные источники:

1. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура. Издательство: Академия, СПО. – М, 2014 г. – 176 с.
2. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учеб. пособия для студентов СПО, 8-е изд. — М., 2013.
3. И. С. Барчуков Физическая культура; под общ. ред. Н. Н. Маликова. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2014. - 525 с.
4. Бирюков А.А. Спортивный массаж: учебник для вузов. — М., 2008. – 576. с.
5. Воропаев Виктор Краткий курс гимнастики: учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений физической культуры. Издательство: Советский спорт, 2013.
6. Л. С. Дворкин, К. Д. Чермит, О. Ю. Давыдов Физическое воспитание студентов. Издательство: Феникс, 2013.
7. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: [учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений]: Рекомендовано УМО. / Ю.Д. Железняк (и др.). – 5-е изд. Стер. – М.: Академия, 2014.
8. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенство: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. /Г.С. Туманян – Издательский центр «Академия», 2009.
9. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: Учебник. – М.: Гардарики, 2008.
10. Йенсен Э. Двигательная активность. – М.: 2013.
11. Евсеев Юрий Иванович Физическая культура. Издательство: Феникс, 2008.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПР 6)	Методы оценки
<p>ПР6 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)</p>	<p>Текущий контроль в форме сдачи норм ГТО самостоятельные работы; - устный опрос;</p> <p>Итоговый контроль в форме: - диф.зачет , зачет</p>
<p>ПР6 02 - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью</p>	<p>Текущий контроль в форме сдачи норм ГТО самостоятельные работы; - устный опрос;</p> <p>Итоговый контроль в форме: - диф.зачет , зачет</p>
<p>ПР6 03 - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p>	<p>Текущий контроль в форме сдачи норм ГТО самостоятельные работы; - устный опрос;</p> <p>Итоговый контроль в форме: - диф.зачет , зачет</p>
<p>ПР6 04 - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	<p>Текущий контроль в форме сдачи норм ГТО самостоятельные работы; - устный опрос;</p> <p>Итоговый контроль в форме: - диф.зачет , зачет</p>
<p>ПР6 05 - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности</p>	<p>Текущий контроль в форме сдачи норм ГТО самостоятельные работы; - устный опрос;</p> <p>Итоговый контроль в форме: - диф.зачет , зачет</p>

Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 04 сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире</p>	<p>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</p>
<p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 09 готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>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</p>
<p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 09 готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>МР 09 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения</p>

<p>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 09 готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>МР 04 готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>
<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 09 готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>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</p>
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> <p>ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>ЛР 07 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p>	<p>МР 08 владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства</p> <p>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</p>

<p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</p>	<p>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</p>	<p>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</p> <p>МР 04 готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>
<p>ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.</p> <p>ПК 1.6 Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.</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>ЛР 12 бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь</p>	<p>МР 09 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения</p>

Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО

(профессионально-ориентированная взаимосвязь общеобразовательного предмета с профессией/специальностью)

<p>Наименование общеобразовательных дисциплин с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР</p>	<p>Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР</p>	<p>Наименование предметных результатов ФГОС СОО, имеющих взаимосвязь с ОР ФГОС СПО</p>	<p>Наименование разделов/тем и рабочей программе по предмету</p>
<p>ОП.15. Безопасность жизнедеятельности уметь:</p> <p>организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</p> <p>использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</p> <p>применять первичные средства пожаротушения;</p> <p>оказывать первую помощь пострадавшим;</p> <p>знать:</p> <p>принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при</p>	<p>МДК.01.01. Право социального обеспечения</p> <p>иметь практический опыт:</p> <p>анализа действующего законодательства в области пенсионного обеспечения и социальной защиты;</p> <p>приема граждан по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты;</p> <p>уметь:</p> <p>оказывать консультационную помощь гражданам по вопросам медико-социальной экспертизы;</p> <p>объяснять сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста;</p>	<p>ПР 6 01 - умение использовать разнообразные формы и виды физической 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);</p> <p>ПР 6 02- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>ПР 6 03 - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей</p>	<p>Раздел 1. Легкая атлетика Раздел 2. Спортивные игры – волейбол Раздел 3. Лыжная подготовка Раздел 4. Гимнастика.</p>

<p>Наименование общеобразовательных дисциплин с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР</p>	<p>Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР</p>	<p>Наименование предметных результатов ФГОС СОО, имеющих взаимосвязь с ОР ФГОС СПО</p>	<p>Наименование разделов/тем и рабочей программе по предмету</p>
<p>техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</p> <p>основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</p> <p>способы защиты населения от оружия массового поражения;</p> <p>меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</p> <p>порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p>		<p>здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; ПР 6 04 - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; ПР 6 05 - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	