

ЧПОУ «Гуманитарный колледж «Эдельвейс»

ОДОБРЕНА

УМО преподавателей

ОГ дисциплин

Протокол № ____ от ____ 2023 г.

Председатель УМО ____ Накаева И.С.

УТВЕРЖДЕНА

Зав. учебной частью

____ Бахаева Х.Ш.

« ____ » ____ 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности: 33.02.01 Фармация

на базе среднего общего образования

2023 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного стандарта (ФГОС) по специальности 33.02.01 Фармация

Организация-разработчик: ЧПОУ "Гуманитарный колледж "Эдельвейс""

Разработчики:

преподаватель _____ Шабиханов Р.Л.

Рассмотрена на заседании УМО преподавателей ОГСЭ дисциплин

_____ Председатель УМО Накаева И.С.

Протокол № _____ от « ____ » _____ 2023 г.

Согласовано

Зав. учебной частью _____ Бахаева Х.Ш.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ. 04 «Физическая культура»

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 33.02.01 Фармация

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 33.02.01 Фармация

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Учебная дисциплина Физическая культура обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 33.02.01 Фармация. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК2, ОК3, ОК6, ОК10:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения 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, потребителями.

ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

ОК	Умения	Знания
ОК 2.	Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы;	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
ОК 3.	владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 6.	Организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 10.	Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная нагрузка	158
Обязательная аудиторная нагрузка	132
в том числе:	
лекции	2
практические занятия	130
Самостоятельная работа обучающихся	26
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в 6 семестре	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, домашняя работа		Объем часов	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
1	2		3	4
Раздел 1. Основы физической и спортивной подготовки			2	
Тема 1.1. Роль физической культуры в общекультурном профессиональном развитии человека	1	Содержание учебной дисциплины Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение жизненного успеха. Техника бега на короткие дистанции. Техника прыжка в длину с места, разбега. Техника метания гранаты	2	ОК-3-10;
Раздел 2. Легкая атлетика			10	
Тема 2.1. Техника бега на короткие дистанции	2	Практическая работа №1. Отработка техники бега с низкого старта, по дистанции, финиширование	2	ОК-3-10;
Тема 2.2. Техника прыжка в длину с места, разбега.	3	Практическая работа №2. Отработка техники прыжка с разбега "ножницы", "прогнувшись", "согнув ноги".	2	ОК-3-10;
Тема 2.3. Техника метания гранаты	4	Практическая работа №3. Обучение технике метания гранаты. Девушки - 500гр. Юноши -700гр	2	ОК-3-10;
Тема 2.4. Бег на средние и длинные дистанции	5	Практическая работа №4. Обучение технике кроссового бега	2	ОК-3-10;
	СРС №2. 1Закрепление и совершенствование техники двигательных действий в процессе бега		2	
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол			6	
Тема 3.1. Техника приема и передачи	6	Практическая работа №5. Отработка техники приема и передачи мяча двумя руками сверху и двумя руками снизу	2	ОК-3-10;

мяча				
Тема 3.2. Техника подачи мяча	7	Практическая работа №6. Отработка техники подачи мяча: прямая, нижняя, прямая сверху	2	ОК-3-10;
	СРС №3. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в волейбол		2	
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол			12	
Тема 4.1. Техника владения мячом	8	Практическая работа №7. Отработка техники ведения мяча, прием и передача мяча	2	ОК-3-10;
Тема 4.2. Техника игры в нападении	9	Практическая работа №8. Отработка техники "ведение-два шага-бросок". Техника бросков с разных "точек"	2	ОК-3-10;
	СРС №4. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в баскетбол		2	
Тема 5.1. Ведение мяча, перемещение по полю	10	Практическая работа №9. Отработка техники ведения мяча, ведение с изменением направления, перемещение с мячом и без мяча.	2	ОК-3-10;
Тема 5.2. Передача мяча. Прием мяча	11	Практическая работа №10. Отработка техники остановки мяча ногою, грудью. Обработка мяча и передача на месте и в движении	2	ОК-3-10;
	СРС №5. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в футбол		2	
Раздел 6. Спортивные игры. Настольный теннис			10	
Тема 6.1. Стойка игрока.	12	Практическая работа №11. Отработка правосторонней стойки игрока, левосторонней стойки игрока, перемещение.	2	ОК-3-10;
Тема 6.2 Способ держания ракетки	13	Практическая работа №12. Выполнение европейского и азиатского способов держания ракетки		ОК-3-10;
Тема 6.3 Способы передвижения ног	14	Практическая работа №13. Отработка передвижения приставными ногами, скрестными, переступанием.	2	ОК-3-10;
Тема 6.4 Подача мяча, подрезка	15	Практическая работа №14. Отработка подачи мяча откидкой, маятником.	2	ОК-3-10;
Тема 6.5 Подача мяча, подрезка	16	Практическая работа №15. Выполнение подрезки справа, слева.		ОК-3-10;
Тема 6.6 Тактика одиночной игры.	17	Практическая работа №16. Отработка атакующих, контрольно-атакующих, подготовительных и защитных действий.	2	ОК-3-10;

Тема 6.7 Двусторонняя игра	18	Практическая работа №17. Выполнение двусторонней игры		ОК-3-10;
	СРС №6. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис		2	
Раздел 7. Спортивная ходьба			12	
Тема 7.1. Техника перемещения и ходы	19	Практическая работа №18. Отработка техники спортивной ходьбы	2	ОК-3-10;
Тема 7.2. Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов	20	Практическая работа №19. Отработка техники спуска разными способами. Отработка техники поворотов "переступанием"	2	ОК-3-10;
Тема 7.3. Техника одновременных шагов	21	Практическая работа №20. Отработка техники одновременного шага.	2	ОК-3-10;
Тема 7.4. Техника и тактика бега по дистанции	22	Практическая работа №21. Отработка техники перехода с хода на ход (переход с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, переход с одновременного на попеременный двухшажный ход).	2	ОК-3-10;
Тема 7.5. Контрольные нормативы	23	Практическая работа №22. Отработка прохождения дистанции в соревновательном темпе 3 км (девушки), 5 км (юноши). Отработка обычной ходьбы , распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др.	2	ОК-3-10;
	СРС №7. 1. Отработка навыков спортивной ходьбы.		2	
Раздел 8. Гимнастика			14	
Тема 8.1. Дыхательная гимнастика	24	Практическая работа №23. Формирование навыка дыхания легочного, брюшного, смешенного	2	ОК-3-10;
Тема 8.2. Строевые приемы	25	Практическая работа №24. Отработка поворотов на месте, движении, перестроение из колонны по одному по два, из одной шеренги в две.	2	ОК-3-10;
Тема 8.3. Акробатика	26	Практическая работа №25. Отработка техники элементов акробатики: кувырок вперед, назад, перекаты, стойки на плечах, голове, руках.	2	ОК-3-10;
Тема 8.4. Развитие гибкости	27	Практическая работа №26. Отработка упражнений на гимнастических матах: растяжка, кувырки, стойки.	2	ОК-3-10;

Тема 8.5. Развитие силовых способностей	28	Практическая работа №27. Освоение упражнений на гимнастической стенке.	2	ОК-3-10;
	29	Практическая работа №28. Освоение упражнений на брусьях, перекладине	2	ОК-3-10;
	СРС №8. 1. Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций		2	
Раздел 9. Волейбол			8	
Тема 9.1. Техника игры и защиты	30	Практическая работа №29. Отработка приемов мяча двумя сверху, двумя снизу, блокирование мяча	2	ОК-3-10;
Тема 9.2. Техника игры в нападении	31	Практическая работа №30. Отработка передачи мяча двумя сверху, двумя снизу, нападающий удар	2	ОК-3-10;
Тема 9.3. Судейство и правила игры	32	Практическая работа №31. Отработка навыков игры по упрощенным правилам волейбола. Формирование навыков судейства	2	ОК-3-10;
	СРС №9. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в волейбол		2	
Раздел 10. Баскетбол			8	
Тема 10.1. Техника владения мячом	33	Практическая работа №32. Отработка и совершенствование техники ведения мяча без сопротивления и с сопровождением защитника	2	ОК-3-10;
Тема 10.2. Техника игры в защите	34	Практическая работа №33. Отработка техники защиты (вырывание, выбивание, перехват, накрывание)	2	ОК-3-10;
Тема 10.3. Судейство и правила игры	35	Практическая работа №34. Отработка навыков игры по упрощенным правилам баскетбола.	2	ОК-3-10;
Тема 10.4. Судейство и правила игры	36	Практическая работа №35. Формирование навыков судейства		ОК-3-10;
	СРС №10. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в баскетбол		2	
Раздел 11. Футбол			8	
Тема 11.1. Техника удара по мячу ногой,	37	Практическая работа №36. Отработка удара внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы; удар с носка.	2	ОК-3-10;

головой				
Тема 11.2. Техника удара по мячу ногой, головой	38	Практическая работа №37. Отработка удара по встречному мяча головой без прыжка	2	ОК-3-10;
Тема 11.3. Техника удара по воротам, штрафные удары	39	Практическая работа №38. Отработка удара по воротам с заданных "точек".	2	ОК-3-10;
Тема 11.4. Техника обманных ведений, обводка	40	Практическая работа №39. Отработка удара по воротам с передачей мяча, штрафных ударов	2	ОК-3-10;
Тема 11.5. Техника обманных ведений, обводка	41	Практическая работа №40. Отработка ложного замаха на удар, ложной остановки, обводки с поворотом	2	ОК-3-10;
	СРС №11. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в футбол.		2	
Раздел 12. Легкая атлетика			6	
Тема 12.1. Техника бега на короткие дистанции	42	Практическая работа №41. Совершенствование техники бега с низкого старта, по дистанции, финиширование, по выражу	2	ОК-3-10;
Тема 12.2. Контрольные нормативы	43	Практическая работа №42. Выполнение контрольных нормативов в беге на 100 м; прыжках в длину с разбега, с места; метание гранаты 700 гр (юноши), 500гр (девушки), в беге на 500м (девушки), 1000 м (юноши).	2	ОК-3-10;
	СРС №12. 1. Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий		2	
Раздел 13. Легкая атлетика			13	
Тема 13.1. Техника бега на короткие	44	Практическая работа №43. Совершенствование техники бега с низкого старта: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, выражу, финиширование	2	ОК-3-10;

дистанции				
Тема 13.2Техника прыжка в длину с места, разбега.	45	Практическая работа №44. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способами: «ножницы», «прогнувшись», «согнув ноги».	2	ОК-3-10;
Тема 13.3. Техника метания гранаты	46	Практическая работа №45. Совершенствование техники метания гранаты способом "скрестным шагом" Девушки - 500гр, Юноши - 700гр	2	ОК-3-10;
Тема 13.4. Бег на средние и длинные дистанции	47	Практическая работа №46. Совершенствование техники кроссового бега: бег в гору, под гору.	2	ОК-3-10;
	48	Практическая работа №47. Совершенствование техники бега по пересеченной местности: преодоление естественных и искусственных препятствий.	2	ОК-3-10;
	49	Практическая работа №48. Выполнение контрольных нормативов в беге на 100 м; в прыжках в длину с разбега, с места; метание гранаты 700 гр (юноши), 500гр (девушки), в беге на 500м (девушки), 1000 м (юноши).	2	ОК-3-10;
	СРС №13. 1. Закрепление и совершенствование техники двигательных действий: беговых, прыжковых, метательных.		1	
Раздел 14. Спортивные игры. Волейбол			11	
Тема 14.1. Техника приема и передачи мяча	50	Практическая работа №49. Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками сверху	2	ОК-3-10;
	51	Практическая работа №50. Совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками снизу.	2	ОК-3-10;
Тема 14.2. Техника подачи мяча	52	Практическая работа №51. Совершенствование техники подачи мяча: прямая верхняя, прямая нижняя, на точность	2	ОК-3-10;
	53	Практическая работа №52. Совершенствование техники нападающего удара: без противодействия блокирующего, против одиночного блока.	2	ОК-3-10;
	54	Практическая работа №53. Совершенствование техники блокирования: на подставке, в прыжке с площадки.	2	ОК-3-10;
	СРС №14. 1. Закрепление и совершенствование техники и тактики игры в волейбол		1	
Раздел 15. Спортивные игры. Баскетбол			10	

Тема 15.1. Техника владения мячом	55	Практическая работа №54. Совершенствование техники ведения мяча, прием и передача мяча.	2	ОК-3-10;
Тема 15.2. Техника игры в нападении	56	Практическая работа №55. Совершенствование техники игры в нападении: быстрый прорыв, перехват мяча.	2	ОК-3-10;
	57	Практическая работа №56. Совершенствование техники игры в защите: перехват мяча, прессинг, зонная защита.	2	ОК-3-10;
	58	Практическая работа №57. Совершенствование техники штрафного броска одной рукой сверху.	2	ОК-3-10;
	59	Практическая работа №58. Совершенствование тактических действий игроков: позиционное нападение, быстрое нападение.	2	ОК-3-10;
Раздел 16. Спортивные игры. Футбол			14	
Тема 16.1. Ведение мяча, перемещение по полю	60	Практическая работа №59. Совершенствование техники ведения мяча, ведение с изменением направления, перемещение с мячом и без мяча.	2	ОК-3-10;
Тема 16.2. Передача мяча. Прием мяча	61	Практическая работа №60. Совершенствование техники остановки мяча ногою, грудью.	2	ОК-3-10;
	62	Практическая работа №61. Отработка техники обработки мяча и передачи на месте и в движении.	2	ОК-3-10;
	63	Практическая работа №62. Двигательное качество «Быстрота».	2	ОК-3-10;
	64	Практическая работа №63. Двигательное качество «Сила».	2	ОК-3-10;
	65	Практическая работа №64. Двигательное качество «Выносливость».	2	ОК-3-10;
	66	Практическая работа №65. Двигательное качество «Ловкость»	2	ОК-3-10;
			158	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен специальный спортивный объект: спортивный зал.

Спортивное оборудование:

баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон,

оборудование для силовых упражнений (гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары);

оборудование для занятий аэробикой (степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики, фитболы).

гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания;

оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Печатные издания

Основная литература

1. Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура 10—11 кл. — М.: Издательство «Спорт», 2020. — 236 с.
2. Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры. — М.: Дрофа, 2020. — 316 с.
3. Решетников Н. В. Физическая культура.: учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования. — М.: Мастерство, 2020. — 223 с.
4. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л. Физическая культура: учеб. пособие для студентов СПО. — М.: Мастерство, 2020. — 148 с.

Дополнительные источники

1. Теория, методика и практика физического воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч. Т. Иванков [и др.]. Электрон.текстовые данные. – М.: Московский педагогический государственный университет, 2021. – 392 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html>. – ЭБС «IPRbooks»
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2020 [ЗНБ УрФУ].
3. Щанкин А. А. Двигательная активность и здоровье человека / Щанкин А. А., Николаев В. С. – М.: Директ-Медиа, 2015. – Режим доступа: <http://www.knigafund.ru/books/183309>

3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php>
2. Здоровье и образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.valeo.edu.ru>
3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lfksport.ru/>
4. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.minstm.gov.ru>
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://paralymp.ru/>
6. Официальный сайт Олимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>
7. Быченков С. В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ С. В. Быченков, О. В. Везеницын, – Электрон.текстовые данные. – Саратов: Профобразование, 2020. – 120 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70294.html>. – ЭБС «IPRbooks»
8. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров, В. Я. Кикоть, С. С. Егоров, И. А. Мацур, И. В. Сидоренко, Н. А. Алексеев, Н. Н. Маликов. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2019. – 431 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52588>. – ЭБС «IPRbooks»

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <p>актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</p> <p>номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации</p> <p>содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования</p> <p>психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</p> <p>особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений.</p> <p>грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</p> <p>современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности</p> <p>правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов</p>	<p>распознавание алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях; определение методов работы в профессиональной и смежных сферах; выбор определения оптимальной структуры плана для решения задач; понимание порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; выбор наиболее оптимальных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; ориентирование в актуальной нормативно-правовой документации; современной научной и профессиональной терминологии; понимание психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности; владение знаниями основ работы с документами, подготовки устных и письменных</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ. Экспертная оценка выполнения контрольных нормативов</p>

<p>профессиональной направленности роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения</p>	<p>сообщений; знание основ компьютерной грамотности; знание правил написания и произношения слов, в т.ч. и профессиональной лексики.</p>	
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе описывать значимость своей (<i>специальности</i>) применять средства информационных технологий для решения профессиональных</p>	<p>владение актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; эффективное выявление и поиск информации, составление оптимального плана действий, анализ необходимых для выполнения задания, ресурсов; осуществление исследовательской деятельности, приводящей к оптимальному результату; демонстрация гибкости в общении с коллегами, руководством, подчиненными и заказчиками; применение средств информационных технологий для решения профессиональных задач; эффективное использование современного программного обеспечения; кратко и четко формулировать свои мысли, излагать их доступным для понимания способом.</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ. Экспертная оценка выполнения контрольных нормативов</p>

<p>задач; использовать современное программное обеспечение</p> <p>понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</p> <p>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</p>		
---	--	--