

**БАРНАУЛЬСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ТЕХНИКУМ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС), примерной основной образовательной программы по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)

**43.02.15 Поварское и кондитерское дело**  
укрупненная группа **43.00.00 Сервис и туризм**

Составитель:

**Шефер А.С.** преподаватель

Рассмотрено на заседании ПЦК  
гуманитарных и социально-экономических  
дисциплин протокол № 10  
от « 27 » мая 2022 г.  
Председатель ПЦК  
\_\_\_\_\_ О.В. Юшкова

Рекомендована методическим советом  
техникума протокол № 9  
от « 07 » июня 2022 г.  
Председатель методического совета  
\_\_\_\_\_ О. А. Товпышка

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>111</b>
<b>4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>13</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

## 1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело** укрупненная группа **43.00.00 Сервис и туризм**.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
<b>ОК 08</b>	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 профессии (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
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	164
Объем образовательной программы в академических часах	164
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия (если предусмотрено)	150
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированных зачетов</i>	12

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Код
1	2	3	4
Раздел 1. Научно - методические основы формирования физической культуры личности		12	
Тема 1.1. Общекультурное	Содержание учебного материала: Физическая культура и спорт как социальные	12 2	

<p><b>и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.</b></p>	<p>явления, как явления культуры. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Сущность и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования.</p> <p><b>Социально-биологические основы физической культуры.</b></p> <p>Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, вработывание, утомление, восстановление. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека.</p>		<p>ОК 08</p>
<p><b>Тема 1.2. Здоровый образ жизни.</b></p>	<p><b>Основа здорового образа и стиля жизни.</b></p> <p>Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания. Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания.</p>		<p>ОК 08</p>

		<b>Практические занятия:</b>	<b>10</b>	
1.	Выполнение комплексов дыхательных упражнений. Выполнение комплексов утренней гимнастики.		2	ОК 08.
2.	Выполнение комплексов упражнений для глаз. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки.		2	ОК 08.
3.	Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела. Выполнение комплексов упражнений для наращивания массы тела.		2	ОК 08.
4.	Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия.		2	ОК 08.
5.	Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушением осанки в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса.		1	ОК 08.
6.	Самостоятельная подготовка и выполнение подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.		1	ОК 08.
<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>			<b>108</b>	
<b>Тема 2.1.Легкая атлетика</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину.			
	<b>Практические занятия:</b>		<b>24</b>	
	1	Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий.	6	ОК 08.
	2	Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой.	6	ОК 08.
	3	-воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой.	4	ОК 08.
	4	-воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой.	4	ОК 08.
5	-воспитание координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой.	4	ОК 08.	

<b>Тема 2.2.</b> <b>Общая физическая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>Теоретические сведения.</b> Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности физической и функциональной подготовленности. <b>Двигательные действия.</b> Построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы общеразвивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Подвижные игры.			
	<b>Практические занятия.</b>		<b>12</b>	
	1.	Выполнение построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.	10	ОК 08.
2.	Подвижные игры различной интенсивности.	2	ОК 08.	
<b>Тема 2.3.</b> <b>Спортивные игры</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	<b>Баскетбол.</b> Перемещения по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите в баскетболе. Групповые и командные действия игроков. Двусторонняя игра.			
	<b>Волейбол.</b> Стойки в волейболе. Перемещение по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, в нападении. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра.			
<b>Футбол.</b> Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой. Приём мяча: ногой, головой. Удары по воротам. Обманные движения. Обводка соперника, отбор мяча. Тактика игры в защите, в нападении				

	(индивидуальные, групповые, командные действия). Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра.		
	<b>Гандбол.</b> Техника нападения. Перемещения и остановки игроков. Владение мячом: ловля, передача, ведение, броски. Техника защиты. Стойка защитника, перемещения, противодействия владению мячом (блокирование игрока, блокирование мяча, выбивание). Техника игры вратаря: стойка, техника защиты, техника нападения. Тактика нападения: индивидуальные, групповые, командные действия. Тактика защиты: индивидуальные, групповые, командные действия. Тактика игры вратаря. Учебная игра.		
	<b>Бадминтон.</b> Способы хватки ракетки, игровые стойки, передвижения по площадке, жонглирование воланом. Удары: сверху правой и левой сторонами ракетки, удары снизу и сбоку слева и справа, подрезкой справа и слева. Поддачи в бадминтоне: снизу и сбоку. Приёмы волана. Тактика игры в бадминтон. Особенности тактических действий спортсменов, выступающих в одиночном и парном разряде. Защитные, контратакующие и нападающие тактические действия. Тактика парных встреч: поддачи, передвижения, взаимодействие игроков. Двусторонняя игра.		
	<b>Настольный теннис.</b> Стойки игрока. Способы держания ракетки: горизонтальная хватка, вертикальная хватка. Передвижения: бесшажные, шаги, прыжки, рывки. Технические приёмы: подача, подрезка, срезка, накат, поставка, топ-спин, топс-удар, сеча. Тактика игры, стили игры. Тактические комбинации. Тактика одиночной и парной игры. Двусторонняя игра.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>48</b>	
1.	Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры.	8	ОК 08.
2.	Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей: -воспитание быстроты в процессе занятий спортивными играми. -воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий спортивными играми. -воспитание выносливости в процессе занятий спортивными играми. -воспитание координации движений в	28	ОК 08.

		процессе занятий спортивными играми.		
	3.	Тренировочные игры, двусторонние игры на счёт.	4	ОК 08.
	4.	Выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.	4	ОК 08.
	5.	Самостоятельная разработка и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемым спортивным играм.	4	ОК 08.
<b>Тема 2.4. Атлетическая гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	Особенности составления комплексов атлетической гимнастики в зависимости от решаемых задач. Особенности использования атлетической гимнастики как средства физической подготовки к службе в армии. Упражнения на блочных тренажёрах для развития основных мышечных групп. Упражнения со свободными весами: гантелями, штангами, бодибарами. Упражнения с собственным весом. Техника выполнения упражнений. Методы регулирования нагрузки: изменение веса, исходного положения упражнения, количества повторений. Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп. Круговая тренировка. Акцентированное развитие гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний			
	<b>Практические занятия:</b>		<b>12</b>	
	1.	Разучивание, закрепление и совершенствование основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.	4	ОК 08.
	2.	Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей через выполнение комплексов атлетической гимнастики с направленным влиянием на развитие определённых мышечных групп:	4	ОК 08.
	3.	воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание силовой выносливости в процессе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание гибкости через включение специальных комплексов упражнений.	2	ОК 08.
	4.	Самостоятельная разработка содержания и проведение занятия или фрагмента занятия	2	ОК 08.

		по атлетической гимнастике с направленным влиянием на развитие определённых мышечных групп		
<b>Тема 2.5</b> <b>Лыжная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала;</b>			
	<p><b>Лыжная подготовка</b> (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках)).</p> <p>Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. Прыжки на лыжах с малого трамплина. Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши).</p> <p><b>Катание на коньках.</b></p> <p>Посадка. Техника падений. Техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту. Разгон, торможение. Техника и тактика бега по дистанции. Пробегание дистанции до 500 метров. Подвижные игры на коньках.</p> <p><b>Кроссовая подготовка.</b></p> <p>Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км.</p>			
		<b>Практические занятия:</b>	<b>12</b>	
	1	Разучивание, закрепление и совершенствование основных элементов техники изучаемого вида спорта	4	ОК 08.
	2	Сопряженное воспитание двигательных качеств и способностей на основе использования средств изучаемого вида спорта:	2	ОК 08.
	3	-воспитание выносливости в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание координации движений в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание гибкости в процессе занятий изучаемым видом спорта.	4	ОК 08.
4	Каждым студентом обязательно проводится самостоятельная разработка содержания и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемому виду спорта.	2	ОК 08.	
<b>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>			<b>32</b>	

<b>Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП.			
	<b>Практические занятия:</b>		<b>32</b>	
	1.	Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий.	8	ОК 08.
	2	Формирование профессионально значимых физических качеств.	6	ОК 08.
	3	Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста.	6	ОК 08.
	4	Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов.	6	ОК 08.
5	Специальные упражнения для развития основных мышечных групп.	6	ОК 08.	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированных зачетов</b>		<b>12</b>		
<b>Всего:</b>		<b>164</b>		

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Спортивный зал, оснащенный следующим спортивным инвентарем:

- Гимнастическая лестница
- Гимнастическая скамейка
- Волейбольная стойка и сетка
- Баскетбольные щиты
- Гимнастические маты
- Перекладина навесная.
- Раздаточный материал:
- Мячи
- Гимнастическая скакалка
- Тренажеры:
- Набор гантелей
- Комплект гирь и штанг.

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

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

#### **3.2.1. Печатные издания**

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. – 3 изд. – Москва : Юрайт, 2017. – 493 с. – ISBN 978-5-534-02309-1
2. Бишаева, А. А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента : учеб. пособие. — Москва, 2013.- 259 с.
3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. Проф. Образования /– 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 234с
4. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. - М., 2017.
5. Бишаева А. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие для СПО / А. А. Бишаева. – М., 2017
6. Бишаева А. А. Физическая культура [Текст]: учеб. пособие / А. А. Бишаева. - Москва: ИЦ "Академия", 2016. - 208 с. - (ПО. ДО).
7. Бишаева А. А. Физическая культура [Текст]: учеб. пособие / А. А. Бишаева. - Москва: ИЦ "Академия", 2020. - 208 с. - (ПО. ДО).
8. Бишаева А. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А. А. Бишаева. - Москва: ИЦ "Академия", 2019. - 208 с. – ЭБС «Академия»
9. Решетников, Н. В. Физическая культура [Текст]: учеб. пособие для СПО / Н. В. Решетников. - Москва: ИЦ "Академия", 2016. - 208 с. - (ПО. ОД)
10. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М.: Юрайт, 2016. — 424 с. — (ПО). – ЭБС «Юрайт».
11. Аллянов Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов И. А. Письменский. - 3-е изд.- М.: Юрайт, 2016. - 493 с. - ЭБС «Юрайт».
12. Жданкина Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М.: Юрайт, 2017. — 125 с. — (ПО). – ЭБС «Юрайт».
13. Физическая культура [Текст]: учебник и практикум / А. Б. Муллер [и др.]. - М.: Юрайт, 2020. - 424 с

14. -Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры [Текст]: учеб. пособие / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. - Москва: Юрайт, 2019. - 493 с. - (ПО)
15. -Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры [Текст]: учеб. пособие / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова. - Москва: Юрайт, 2019. - 531 с. - (ПО)
16. -Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад [Текст]: учеб. пособие / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. - Москва: Юрайт, 2019. - 793 с. - (ПО)
17. - Психология физической культуры и спорта [Текст]: учебник и практикум / А. Е. Ловягина [и др.]; под ред. А. Е. Ловягиной. - Москва: Юрайт, 2019. - 338 с. - (ПО).

### 3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Гелецкая Л. Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения / - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 220 с. - ISBN 978-5-7638-2997-6. <http://znanium.com/go.php?id=511522>
2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО) / - Москва :КноРус, 2015. 214. - ISBN 978-5-406-04313-4. <http://www.book.ru/book/916506>
3. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура (СПО) / - Москва : КноРус, 2016. - 256. - ISBN 978-5-406-04754-5. URL: <http://www.book.ru/book/918488>
4. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики <http://sport.minstm.gov.ru>
5. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы <http://www.mosssport.ru>
6. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум / А. Б. Муллер [и др.]. - М.: Юрайт, 2019. - 424 с. - ЭБС «Юрайт».
7. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е. Ф. Жданкина.- М. : Юрайт, 2019. - 125 с. – ЭБС «Юрайт».
8. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / А. Е. Ловягина [и др.]. — М.: Юрайт, 2016. — 338 с. — (ПО). – ЭБС «Юрайт».
9. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики <http://sport.minstm.gov.ru>
10. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы <http://www.mosssport.ru>

### 3.2.3. Дополнительные источники:

1. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учебное пособие. - Ростов на Дону «Феликс» 2012.- 268 с.
2. Физическая культура [Электронный ресурс] учебник и практикум / А. Б. Муллер [и др.]. - Москва: Юрайт, 2020. - 424 с. - ЭБС «Юрайт».
3. Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. - М., 2014.
4. Миронова Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. - Кострома, 2014.
5. Тимонин А. И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб. пособие / под ред. Н.Ф. Басова. - 3-е изд. - М., 2013.

## 4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
-о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни; -условия профессиональной	Точно формулировать правила игры по всем видам, включенным в рабочую программу. Согласно нормам, формулировать положения по технике безопасности при занятиях спортом, объяснять правила закаливания Обоснованно разьяснять понятия «здоровый образ жизни». Давать оценку своей профессиональной деятельности при анализе	Выступление с сообщениями Тестирование Проведение своего комплекса зарядки в группе Дифференцированный зачет

<p>деятельности зоны риска физического здоровья для специальности; -средства профилактики перенапряжения.</p>	<p>профессиограмме. Подбирать упражнения для расслабления, составлять комплекс гигиенической гимнастики.</p>	
<p>Умения: -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>	<p>Грамотно составить комплекс УГГ. Ежедневное использование комплекса УГГ. В соответствии с требованиями составить правила закаливания для себя. Демонстрировать умения выполнять упражнения на расслабление. Демонстрировать соответствие контрольным нормам: преодоление полосы препятствий, прыжок в длину с места, выход силой, отжимания от пола в упоре лёжа, подъём переворотом на перекладине. Согласно нормам, сдавать контрольные нормативы. Показывать результативность участия в спортивных соревнованиях по всем видам спорта. Проявлять активность на занятиях физической культурой на занятиях и в секциях. С учетом правил, разработать проведение соревнования по игровым видам спорта. Составить комплекс производственной гимнастики для себя, с учетом полученной специальности Демонстрировать судейство по всем игровым видам спорта</p>	<p>Проведение своего комплекса зарядки в группе. Выступление с сообщением. Наблюдение преподавателя и его устная оценка. Выполнение контрольных нормативов. Портфолио личных достижений обучающегося. Наблюдение преподавателя и его устная оценка. Проведение мероприятия Портфолио личных достижений обучающегося. Дифференцированный зачет.</p>

Разработчик:

**А.С. Шефер**

**преподаватель**

подпись

И.О. Фамилия

должность, ученая  
степень, звание

**КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
СТУДЕНТОВ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В КОНЦЕ ОБУЧЕНИЯ НА  
БАЗЕ 11 КЛАССОВ**

Вид упражнений	Оценки					
	юноши			девушки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 100 м (сек.)	13,2	14,0	14,8	16,0	17,0	17,5
Бег 500 м (мин.	-			1,55	2,05	2,15
Бег 1000 м (мин. сек.)	3,20	3,25	3,30			
Бег 2000 м (мин. сек.)	-			11 00	11,50	12,30
Бег 3000 м (мин. сек.)	12,30	13,30	14,30			
Прыжки в длину с разбега (м)	4,50	4,30	4,10	3,40	3,20	3,00
Подтягивание (раз)	14	11	9			
Поднимание туловища из положения, лежа на спине (раз в мин.)	55	45	35	35	30	25
Бег на лыжах (мин. сек.):						
3км				18,00	19,30	22,00
5 км	25,30	26,30	28,30	34,30	36,00	38,00
10 км	57,00	59,00	60,00	-		
Тесты по ППФП						

## КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В КОНЦЕ ОБУЧЕНИЯ

Вид упражнений	курс	Оценки					
		девушки			юноши		
		3	4	5	3	4	5
1. Прыжки со скакалкой (1 мин)	2	120	140	150	150	160	170
	3	130	150	160	160	170	180
2. Поднимание прямых ног на гимнастической стенке, или на скамье	2	6	8	10	14	16	18
	3	8	10	12	16	18	20
3. Прыжки спиралью через скамейку (партнер держит за руки)	2	20	24	26	60	70	80
	3	22	26	28	70	80	90
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (девушки)	2	8	10	12			
	3	10	12	14			
5. Сгибание и разгибание рук лежа от пола ладонь на ладонь (юноши)	2				10	15	20
	3				15	20	25
6. Подтягивание на перекладине хватом сверху, снизу и широким хватом	2				10	12	14
	3				12	14	16
7. Приседание на правой и левой ноге	2	4	6	8	8	10	12
	3	6	8	10	10	12	14
8. Поднимание и опускание туловища. Рук за головой, ноги согнуты в коленях (1 мин)	2	25	30	40	30	40	50
	3	б\в30	35	45	35	45	55
9. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	2				10	12	14
	3				12	14	16
10. Толчок гири правой и левой рукою (сумма)	2				20	30	40
	3				25	35	45
11. Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений		Ритмическая гимнастика			Упражнения с гантелями		

## Лист изменений в рабочую программу дисциплины «Физическая культура»

Рассмотрено на заседании ПЦК гуманитарных и социально-экономических дисциплин протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.  
Председатель ПЦК  
\_\_\_\_\_ О.В. Юшкова

Рекомендована методическим советом техникума протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.  
Председатель методического совета  
\_\_\_\_\_ О. А. Товпышка

1. Внести изменения в п. 1.3 рабочей программы дисциплины:

Пункт 1.3 дополнить:

Личностные результаты:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

ЛР 13. Выполняющий профессиональные навыки специалиста по поварскому и кондитерскому делу

ЛР 14. Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности,

независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности

ЛР 15. Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость

ЛР 16. Проявляющий уважение к многообразию многонационального состава населения Алтайского края, готовый учитывать традиции культурного потенциала и интересов всех проживающих на его территории народов.

ЛР 17. Стремящийся к трудоустройству в агро-индустриальных и других отраслях экономики Алтайского края, готовый к внедрению инновационных технологий в экономически значимых сферах региона, демонстрирующий профессиональные, предпринимательские качества, направленные на саморазвитие и реализацию личностного потенциала и развитие экономики края.

ЛР 18. Обладающий экологической культурой, демонстрирующий бережное отношение к объектам общенационального достояния, в том числе природным комплексам Алтайского края.

## 2. Внести изменения в п. 4 рабочей программы дисциплины

Пункт 4 дополнить:

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания</b>	<b>Критерии оценки ЛР обучающихся</b>	<b>Методы контроля достижений результатов</b>
ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;</li> <li>– сформированность гражданской позиции;</li> <li>– участие в волонтерском движении</li> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира</li> <li>– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>– собеседование</li> </ul>
ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически	<ul style="list-style-type: none"> <li>– сформированность гражданской позиции;</li> <li>– участие в волонтерском движении</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> </ul>

<p>активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление активности и правомерного поведения, уважения к Закону</li> <li>– участие в добровольческих инициативах по поддержке инвалидов и пожилых граждан</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности</li> </ul>	<p>- сертификаты, дипломы достижений</p>
<p>ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление активности и правомерного поведения, уважения к Закону</li> <li>– сформированность гражданской позиции;</li> <li>– готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах</li> <li>– отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся</li> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>– собеседование;</li> <li>– тестирование</li> </ul>

	действиям, приносящим вред экологии	
ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности</li> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>-</li> <li>собеседование;</li> <li>-тестирование;</li> <li>- наличие личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»</li> </ul>
ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>-</li> <li>собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> <li>- защита проектов, исследовательских работ;</li> <li>- сертификаты, дипломы</li> </ul>
ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– оценка собственного продвижения, личностного развития</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>-</li> <li>собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– участие в исследовательской и проектной работе</li> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> </ul>	
<p>ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– оценка собственного продвижения, личностного развития</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование</li> </ul>
<p>ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование</li> </ul>
<p>ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> </ul>

<p>преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.</p>	<p>обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> </ul>	<p>- тестирование</p>
<p>ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира</li> <li>– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии</li> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся</li> <li>– проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве</li> <li>– участие в исследовательской и проектной работе</li> </ul>	<p>- наблюдение; - собеседование; - тестирование; - защита проектов, исследовательских работ</p>
<p>ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– участие в исследовательской и проектной работе</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> </ul>	<p>- наблюдение; - собеседование; - защита творческих проектов, исследовательских работ</p>
<p>ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности</li> <li>– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а</li> </ul>	<p>- наблюдение; - собеседование; - тестирование</p>

	также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности	
ЛР 13. Выполняющий профессиональные навыки специалиста по поварскому и кондитерскому делу	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация интереса к будущей профессии</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– оценка собственного продвижения, личностного развития</li> <li>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> <li>- сертификаты, дипломы, грамоты, благодарности</li> </ul>
ЛР 14. Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности, независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация интереса к будущей профессии</li> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– демонстрация навыков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> <li>- тестирование</li> </ul>

	<p>межличностного делового общения, социального имиджа</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности</li> </ul>	
<p>ЛР 15. Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация интереса к будущей профессии</li> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся</li> <li>– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>-</li> <li>- собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> <li>- защита проектов;</li> <li>- сертификаты, дипломы, грамоты, благодарности</li> </ul>

<p>ЛР 16. Проявляющий уважение к многообразию многонационального состава населения Алтайского края, готовый учитывать традиции культурного потенциала и интересов всех проживающих на его территории народов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> <li>– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и Алтайского края</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> </ul>
<p>ЛР 17. Стремящийся к трудоустройству в агро-индустриальных и других отраслях экономики Алтайского края, готовый к внедрению инновационных технологий в экономически значимых сферах региона, демонстрирующий профессиональные, предпринимательские качества, направленные на саморазвитие и реализацию личностного потенциала и развитие экономики края.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрация интереса к будущей профессии</li> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях</li> <li>– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> <li>– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности</li> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся</li> <li>– проявление экономической и финансовой культуры,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> <li>- защита проектов;</li> <li>- сертификаты, дипломы, грамоты, благодарности</li> </ul>

	<p>экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности</p>	
<p>ЛР 18. Обладающий экологической культурой, демонстрирующий бережное отношение к объектам общенационального достояния, в том числе природным комплексам Алтайского края.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и Алтайского края</li> <li>– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии</li> <li>– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся</li> <li>– проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве</li> <li>– участие в исследовательской и проектной работе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение;</li> <li>- собеседование;</li> <li>- тестирование;</li> <li>- защита проектов, исследовательских работ</li> </ul>