**Приложение № 1.6**

к ООП по специальности

21.02.05 Земельно-имущественные отношения

Министерство образования Московской области

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Московской области «Воскресенский колледж»

|  |
| --- |
| Утверждена приказом директора  ГБПОУ МО «Воскресенский колледж» |
| № 182-о от 30 августа 2022 г. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.06 Физическая КУЬТУРА

Воскресенск, 2022 г.

Программа учебной дисциплины БД.06 Физическая культура разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 21.02.05 Земельно-имущественные отношения, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2014 года № 486 и в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 года № 413.

Организация-разработчик: ГБПОУ МО «Воскресенский колледж»

Разработчик: преподаватель ГБПОУ МО «Воскресенский колледж» Морозова Л.В.

***СОДЕРЖАНИЕ***

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** |  |
| 1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** 2. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** |  |
| 1. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** |  |

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ БД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЬТУРА**

**1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО и ФГОС СОО.

**1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

|  |  |
| --- | --- |
| Код  ЛР, МР, ПР, ЛРВ | Результаты |
| ЛР 1 | 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 (герб, флаг, гимн) |
| ЛР 2 | Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности |
| ЛР 3 | Готовность к служению Отечеству, его защите |
| ЛР 4 | 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 |
| ЛР 5 | Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности |
| ЛР 6 | Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям |
| ЛР 7 | Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности |
| ЛР 8 | Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей |
| ЛР 9 | 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 10 | Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
| ЛР 14 | Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности |
| ЛР 15 | Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни |
| МР 1 | Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях |
| МР 2 | Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты |
| МР 3 | Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания |
| МР 4 | 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 5 | Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности |
| МР 6 | Умение определять назначение и функции различных социальных институтов |
| МР 7 | Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей |
| МР 8 | Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства |
| МР 9 | 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 |

|  |  |
| --- | --- |
| ПР 1 | Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); |
| ПР 2 | Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; |
| ПР 3 | Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; |
| ПР 4 | Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; |
| ПР 5 | владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности; |
| ПР 6 | для слепых и слабовидящих обучающихся:  Форсированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;  Форсированность представлений о современных бытовых теплотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни; |
| ПР 7 | для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:  Овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, Рече двигательных и сенсорных нарушений;  Овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;  Овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;  Овладение доступными техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. |
| ЛРВ 1 | Осознающий себя гражданином и защитником великой страны; |
| ЛРВ 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; |

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

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем в часах** |
| **Объем образовательной программы учебной дисциплины** (макс.) | 171 |
| в т. ч.: | |
| теоретическое обучение |  |
| практические занятия | 112 |
| Самостоятельная работа | 57 |
| **Промежуточная аттестация в форме ДЗ** | 2 |

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся** | **Объем**  **в часах** | **Коды**  **ЛР, МР, ПР, ЛРВ** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Введение** | **Содержание учебного материала** | **6** | **ЛР2, МР2, ПР1, ЛРВ4** |
| **Практические занятия** | 6 |
| ***Практическое занятие 1****.* Тестирование: бег 100м, 1000м,  ***Практическое занятие*** **2**.Прыжок в длину с места.  ***Практическое занятие*** **3.** Бросок набивного мяча 1кг.  ***Практическое занятие*** 4. Пресс, подтягивание. |
| **Тема 1.**  **Легкая атлетика**  **(Прыжки в длину)** | **Содержание учебного материала** | **6** | **ЛР1,ЛР2,ЛР3, ЛР6, МР2, МР3,МР4, ПР10, ЛРВ19** |
| **Практические занятия** | 6 |
| ***Практическое занятие 5***. Разбег три беговых шага,пять беговых шагов*.* |
| ***Практическое занятие 6*** .Толчок одной ногой: с места, с трех шагов. |
| ***Практическое занятие 7.****.* Полет, приземление на согнутые ноги |
| **Тема 2.**  **Легкая атлетика (Бег. Метания)** | **Содержание учебного материала** | **38** | **ЛР4, МР1, МР2, МР3, ПР2, ПР3, ПР4, ПР7, ПР8, ЛРВ4, ЛРВ19** |
| **Практические занятия** |  |
| ***Практическое занятие 8*.** Бег с высокого старта. |
| ***Практическое занятие 9.*** Старты из различных положений |
| ***Практическое занятие 10***. Бег с изменением направления |
| ***Практическое занятие 11*.** Бег с изменением скорости и ритма. |
| ***Практическое занятие 12*.** Бег по пересеченной местности. |
| ***Практическое занятие 13*.** Челночный бег. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Практическое занятие 14*.** Бег с низкого старта. | 38 |  |
| ***Практическое занятие 15*.**Бег по дистанции с сохранением скорости. |
| ***Практическое занятие 16*.** Финиширование. |
| ***Практическое занятие 17***. Специально – беговые упражнения. |
| ***Практическое занятие 18*.** Специально-прыжковые упражнения. |
| ***Практическое занятие 19***. Бег в упоре. |
| ***Практическое занятие 20*.** Встречные эстафеты. |
| ***Практическое занятие 21*.** Броски малого мяча в цель. |
| ***Практическое занятие 22*.** Метание дротиков в цель. |
| ***Практическое занятие 23*.** Работа ног –с крестные шаги. |
| ***Практическое занятие 24.*** Отведение руки при метании снаряда. |
| ***Практическое занятие 25***. Метание снаряда с поворота. |
| ***Практическое занятие 26*.** Метание снаряда с 4-х с крестных шагов |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | **24** |
| ***Самостоятельная работа 1****.* Влияние физической культуры на опорно-двигательный аппарат. | 6 |
| ***Самостоятельная работа 2.*** Влияние физической культуры на сердечно-сосудистую систему. | 6 |
| ***Самостоятельная работа 3.*** Влияние физической культуры на нервную систему. | 6 |
| ***Самостоятельная работа 4****.* Влияние физической культуры на органы чувств. | 6 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 3.**  **Гимнастика** | **Содержание учебного материала** | **28** | **ЛР1, ЛР3, ЛР7, МР1, МР4, МР6, МР7, ПР1, ПР9, ПР10, ПР11, ЛРВ10, ЛРВ19** |
| **Практические занятия** | 28 |
| ***Практическое занятие 27*.** Упоры, равновесия. |
| ***Практическое занятие 28.*** Наклоны, махи, перекаты |
| ***Практическое занятие 29.*** Стойки: березка, стойка на руках, стойка на голове |
| ***Практическое занятие 30*.** Выпады, шпагаты. |
| ***Практическое занятие 31*.** Колесо, ран дат. |
| ***Практическое занятие 32.*** Кувырки: короткий, длинный. |
| ***Практическое занятие 33***. Акробатический комплекс |
| ***Практическое занятие 34***. Упражнения со скакалкой. |
| ***Практическое занятие35.***Упражнения с набивными мячами. |
| ***Практическое занятие36.***Упражнения с гантелями. |
| ***Практическое занятие37.***Упражнения с отягощениями. |
| ***Практическое занятие38.*** Упражнения с эспандерами. |
| ***Практическое занятие39.*** Полоса препятствий. |
| ***Практическое занятие40.*** Силовые упражнения без предметов. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | **10** |
| ***Самостоятельная работа 5.*** Формирование осанки, посредством гимнастических упражнений. | 5 |
| ***Самостоятельная работа 6.*** Формирования свода стопы, посредством гимнастических упражнений. | 5 |
| **Тема 4.**  **Подвижные и спортивные игры.** | **Содержание учебного материала** | **20** | **ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР7, ЛР8, МР1, МР2, МР3,МР5, МР6, МР7, ПР3, ПР4, ПР5, ПР6, ПР7, ЛРВ4, ЛРВ19** |
| ***Практическое занятие41***. Перемещения без мяча. | 20 |
| ***Практическое занятие42***. Передачи и ловля мяча. |
| ***Практическое занятие43.*** Ведение мяча. |
| ***Практическое занятие44***. Броски по воротам , кольцу. |
| ***Практическое занятие45***. Действия в защите. |
| ***Практическое занятие 46***. Действия в нападении. |
| ***Практическое занятие47.*** Верхние передачи. |
| ***Практическое занятие 48.*** Прием снизу. |
| ***Практическое занятие 49.*** Действия вратаря. |
| ***Практическое занятие 50.*** Атака ворот. |
|  | **Самостоятельная работа обучающихся** | **13** |  |
| ***Самостоятельная работа 7.*** История спортивных игр. | 5 |
| ***Самостоятельная работа 8.*** Правила проведения соревнований по спортивным играм. | 5 |
| ***Самостоятельная работа 9.*** История Советского футбола. | 1 |
| ***Самостоятельная работа 10.*** История Российского футбола. | 2 |
| **Тема 5.** | **Содержание учебного материала** | **14** | **ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР8, МР2, МР4, МР5, МР6, МР7, ПР1, ПР3, ПР9, ЛРВ4, ЛРВ19** |
| ***Практическое занятие 51.***Бег по пересеченной местности. | 14 |
| ***Практическое занятие 52.*** Кроссовый бег. |
| ***Практическое занятие 53.***Бег с изменением скорости, направления, ритма. |
| ***Практическое занятие 54.***Бег с максимальной скоростью. |
| ***Практическое занятие 55***. Фартлек. |
| ***Практическое занятие 56.*** Эстафетный бег. |
| ***Практическое занятие 57.*** Бег по горкам. |
|  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | **10** |
| ***Самостоятельная работа 11.*** Укрепление сердечно сосудистой системы посредством длительного бега. | 4 |
| ***Самостоятельная работа 12.*** Ходьба основа здоровья. | 4 |
| ***Самостоятельная работа 13.*** Влияние бега на формирования связок. | 2 |
| **Промежуточная аттестация в форме ДЗ** | | **2** |  |
| **Всего (макс):** | | **171** |  |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: спортивный зал, оснащенный оборудованием: гимнастические скамейки, стенки, мостики, конь, козел, маты. Скакалки, набивные мячи*,* волейбольные мячи, гандбольные мячи, футбольные мячи, рулетка*.* техническими средствами обучения: Монитор, компьютер.

**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. Основные печатные издания**

В помощь школьному учителю. [Электронный ресурс] — Режим доступа: http://www. sai. msu. su/EAAS

Поурочные разработки/ под ред. А.П.Матвеева [Электронный ре- сурс] — Режим доступа: http://www. college. ru/astronomy/course/content/index.

Физкультура — Режим доступа: [E-mail:uchitel-mosk@westmail.ru](mailto:E-mail:uchitel-mosk@westmail.ru). WWW.uchitel

Качественнаяпомощь российской школе. “образовательный проект”:www.obrazpro.ru/ E-mail:zakaz@obrazpro.ru/

Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия «Энциклопедия Кругос- вет». [Электронный ресурс] — Режим доступа: http://www. krugosvet. ru

Энциклопедия “Физическая культура” [Электронный ресурс] — Режим доступа: http:// [www.](http://www/) cosmoworld. ru/spaceencyclopedia

**3.2.2. Основные электронные издания**

Л.П.Матвеев. Учебник для институтов физической культуры. Теория и методика физической культуры, Ф и С. 2019

А.Г.Фурманов Д.М.Болдарев. Волейбол М.ФиС. 2019

В.И.Лях. тесты в физическом воспитании школьников. М.2018

М.В.Видякин, В.И.Виненко. Физкультура 11класс поурочные планы. Волгоград: Учитель, 2019. А.Ю.Патрикеев. Поурочные разработки по физической культуре. М.ВАКО. 2018.

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в текущей редакции).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изм. и доп. от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.).

Приказ Минобрнауки России «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» от 29 июня 2017 г. № 613.

Письмо Минобрнауки России «Об организации изучения учебного предмета

Информационно-методическое письмо об актуальных вопросах модернизации среднего профессионального образования на 2017/2018 г. — http://www. firo.ru

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ   
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Код***  ***ЛР, МР, ПР, ЛРВ*** | ***Результаты обучения*** | ***Методы оценки*** |
| ЛР 1 | 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 (герб, флаг, гимн) | Беседы |
| ЛР 2 | Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности | Лекции |
| ЛР 3 | Готовность к служению Отечеству, его защите | Проведение военно-спортивных игр. |
| ЛР 4 | 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 | Беседы, лекции |
| ЛР 5 | Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности | Составление рефератов, докладов. |
| ЛР 6 | Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям | Посещение выставок, общение с новыми людми. |
| ЛР 7 | Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности | Волонтёрская работа |
| ЛР 8 | Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей | Изучение литературы. Просмотры фильмов, посещение театров |
| ЛР 9 | 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 | Изучение литературы. Просмотры фильмов, посещение театров |
| ЛР 10 | Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений | Лектории, посещение спортивных мероприятий |
| 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 | Беседы, лекции, организация соревнований, волонтерское движение |
| ЛР 12 | Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь | Беседы на тему о здоровом образе жизни, необходимости занятий физической культурой. |
| 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 | Проведение тестирование учащихся для правильной оценки своих умственных способностей. |
| ЛР 14 | Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности | Участие студентов в уборки кабинетов, организации дежурства в учебном заведении. |
| ЛР 15 | Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни | Личные беседы с учащимися, проведение лекторий на тему отношений в семье. |
| МР 1 | Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях | Подготовка рефератов, докладов. |
| МР 2 | Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты | Проведение диспутов, написание характеристик на самих себя и своих друзей. |
| МР 3 | 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 | Составление рефератов, видеороликов. |
| МР 4 | 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 | Подготовка студентами выставок, составление плакатов, оформление кабинета. |
| МР 5 | Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности | Выполнение обязанностей дежурных по группе, колледжу, кабинету. |
| МР 6 | Умение определять назначение и функции различных социальных институтов |  |
| МР 7 | Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей | Организация учащимися конференций, лекториев для студентов коллежа. |
| МР 8 | Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства | Подготовка и проведение студенческих конференций. |
| МР 9 | 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 | Подготовка и проведение олимпиад и лекториев. |
| ПР 1 | Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); | Проведение самостоятельных занятий физической культурой, походов, эстафет, спортивных праздников |
| ПР 2 | Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; | Изучение и применение физических комплексов для разных видов профессиональной деятельности |
| ПР 3 | Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; | Способность контролировать состояние дыхательной, сердечно-сосудистой системами (пульс, дыхание, покраснение кожных покровов) во время занятий. Выбор спортивной деятельности. |
| ПР 4 | Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; | Знание физических упражнений , применение их на практике. Составление комплексов на основе тестирования применение их регулярно на практике. |
| ПР 5 | владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности; | Участие в групповых систематических игровых видах спортивных занятиях |
| ПР 6 | для слепых и слабовидящих обучающихся:  Сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;  Сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни; | Оказание помощи в проведение занятий для слабовидящих обучающихся с учетом их физического состояния. |
| ПР 7 | для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:  Овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;  Овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;  Овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;  Овладение доступными техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. | Оказание помощи в проведение занятий для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с учетом их физического состояния. |
| ЛРВ 1 | Осознающий себя гражданином и защитником великой страны; | Поведение и поступки учащегося соответствуют морали гражданина России. |
| ЛРВ 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; | Участие и оказание посильной помощи в организации студенческого самоуправления . |
| ЛРВ 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. | Проведение студентами внутренних соревнований по разным видам спорта , лекций о вреде курения, алкоголя, псих активных веществ. Создание секций для учащихся колледжа. |