Министерство образования Московской области

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Московской области «Луховицкий аграрно-промышленный техникум»

**«Методическое сопровождение внедрения ФГОС по ТОП-50 на примере разработки программы учебной дисциплины «Физическая культура» и определения условий реализации»**

Урусова Наталия Васильевна

преподаватель физической культуры

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Введение***Направления развития образовательной организации по внедрению ФГОС по ТОП-50**Какие профессии и специальности из ТОП-50 востребованы на региональном рынке труда,**Какие программы, родственные ТОП-50, реализуются в Вашей образовательной организации.* *Есть ли у организации опыт участия в ДЭ или конкурсах профессионального мастерства.**Чего не хватает в программах для успешности участия в данных мероприятиях.* | 5 |
| Раздел 1. | Нормативно-правовые основы регионального развития системы среднего профессионального образования в условиях модернизации СПО*Какими документами федерального уровня регулируются модернизационные процессы, планируемые в образовательной организации (на федеральном и региональном уровне)* | 7 |
| Раздел 2. | Формирование структуры и содержания программ по ТОП-50 на примереспециальности35.02.16 «Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования»*Организация процесса формирования содержания программ ФГОС по ТОП-50, Формирование структуры программы СПО по профессии/специальности для образовательной организации с учетом вариативной части**Порядок разработки учебного плана, программ дисциплины, программы модуля* | 11 |
| Раздел 3 | Разработка оценочных процедур для промежуточной и/или итоговой аттестации по новым, перспективным и наиболее востребованным профессиям и специальностям СПО*Анализ соответствия технического задания компетенции WS и ФГОС СПО по профессии (специальности) в отношении оцениваемого содержания (освоения профессиональных компетенций и основных видов деятельности) для целей проведения ГИА.**Разработка требований к проведению промежуточной и итоговой аттестации, разработка примера контрольно-измерительных материалов для промежуточной аттестации.**Разработки оценочных средств. Основные мероприятия по организации оценочных процедур по программам СПО для новых ФГОС. Анализ их особенностей.* | 14 |
| Раздел 4  | Обоснование условий создания современной образовательной среды для обеспечения новых, наиболее востребованных и перспективных профессий и специальностей*Мероприятия по ресурсному обеспечению программ по ФГОС на ТОП-50. Примеры описания условий реализации программы на примере одной из профессий (специальностей)* | 27 |
|  | **Заключение***Основные перспективы развития образовательной организации* | 30 |
|  | Список используемых источников | 32 |
|  | ПРИЛОЖЕНИЯ*Фрагмент программы учебной дисциплины «Физическая культура»* | 34 |

**ВВЕДЕНИЕ**

 Актуальность темы обусловлена тем, что наше образовательное учреждение лицензирует профессии и специальности по ТОП-50.

 Введение образовательных программ регламентируется следующими документами:

1. ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
2. Перечень поручений Президента Федеральному Собранию от 4 декабря 2014 г. (от 5 декабря 2014 г. № Пр-2821)
3. ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс РФ и статьи 11 и 73 Федерального закона «Об образовании в РФ» от 02.05.2015г. №122-ФЗ
4. Комплекс мер развития СПО (распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 марта 2015 г. № 349-р
5. Приказ Минтруда России №831 от 2 ноября 2015 г. «Об утверждении списка 50 наиболее востребованных на рынке труда, новых и перспективных профессий, требующих среднего профессионального образования».
6. Приказ Минобрнауки России от 14.06.2013 N 464 (ред. от 15.12.2014) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования».
7. [Федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования по специальностям ТОП-50](https://drive.google.com/open?id=0B9wuXE8X8jqmbkRBQ1FNRk9kbUE)
8. [Проекты примерных основных профессиональных образовательных программ по ФГОС СПО ТОП-50](https://drive.google.com/open?id=0ByIJjpsEiivYZ1FHbTdiQXBxejQ)

Образовательная организация получает следующие преимущества:

- формирование позитивного имиджа в социуме,

- повышение квалификации персонала,

- получение возможности использования площадей и ресурсов предприятий-партнеров,

- востребованность выпускников техникума на рынке труда;

- повышение качества обучения;

-процедура ДЭ дает стимул профессионального развития преподавателей и обучающихся.

- внимание и финансовая поддержка со стороны органов управления образования;

Направления развития образовательной организации по внедрению ФГОС по ТОП-50:

1. Инвентаризация материально-технической базы учреждения
2. Анализ образовательных программ
3. Анализ кадрового обеспечения
4. Определение перечня образовательных программ по ТОП-50
5. Изучение нормативно-правовых документов
6. Повышение квалификации кадров или их переподготовка
7. Приведение материально-технической базы в соответствие с ФГОС СПО
8. Развитие эффективного взаимодействия с социальными партнёрами
9. Проектирование и апробация образовательных программ
10. Мониторинг внедрения ФГОС по ТОП-50.

В нашем образовательном учреждении реализуются следующие профессии и специальности по ТОП-50, востребованные на рынке труда: поварское и кондитерское дело; эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования; повар, кондитер; техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей; мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей.

В нашей образовательной организации реализуются следующие родственные ТОП-50 программы: механизация сельского хозяйства, повар-кондитер, парикмахер, автомеханик. Выбранная в моей работе специальность35.02.16 «Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования» не является абсолютно новой для нашей образовательной организации.

У нашей образовательной организации есть опыт участия в демонстрационном экзамене и опыт участия в конкурсах профессионального мастерства: WorldSkills по компетенциям повар, кондитер, парикмахер, электромонтёр, эксплуатация сельскохозяйственной техники.

**Раздел 1.Нормативно-правовые основы развития системы среднего профессионального образования в условиях модернизации СПО**

Модернизационные процессы, планируемые в нашей образовательной организации, регулируются следующими документами:

1. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 марта 2015 г. № 349-р Об утверждении комплекса мер и целевых индикаторов и показателей комплекса мер, направленных на совершенствование системы среднего профессионального образования, на 2015-2020 гг.
2. Приказ Министерства Образования и Науки Российской Федерации от 25 ноября 2016 г. № 1477 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства Образования и Науки Российской Федерации, касающиеся профессий и специальностей среднего профессионального образования ".

*Модернизационные процессы, связанные с внедрением ФГОС по ТОП-50 регулируются следующими документами на федеральном уровне:*

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ, ст. 11, ч. 3.

**-** требования к результатам освоения основных образовательных программ;

- требования к структуре основных образовательных программ (в том числе соотношению обязательной части основной образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений) и их объему;

- требования к условиям реализации основных образовательных программ, в том числе кадровым, финансовым, материально-техническим и иным условиям;

2.Распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 марта 2015 г. № 349-р Об утверждении комплекса мер и целевых индикаторов и показателей комплекса мер, направленных на совершенствование системы среднего профессионального образования, на 2015-2020 гг.

- раздел I, п3.: Актуализация и утверждение ФГОС среднего профессионального образования по 50 наиболее востребованным и перспективным профессиям и специальностям с учетом требований профессиональных стандартов.

3. Федеральный Закон от 02.05.2015г. №122-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс РФ и статьи 11 и 73 Федерального закона "Об образовании в РФ».

- часть 7 статьи 11 изложить в следующей редакции: "7. Формирование требований федеральных государственных образовательных стандартов профессионального образования к результатам освоения основных образовательных программ профессионального образования в части профессиональной компетенции осуществляется на основе соответствующих профессиональных стандартов (при наличии)."

Основные положения включают:

В разделе 1 «Общие положения» - ссылка на перечень профессиональных стандартов;

Приложение 1 перечень профессиональных стандартов, соответствующих профессиональной деятельности выпускников образовательной программы.

*Основными особенностями новых ФГОС являются:*

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

Ст. 11, ч. 7.: Формирование требований ФГОС ПО к результатам освоения основных образовательных программ профессионального образования в части профессиональной компетенции осуществляется на основе соответствующих профессиональных стандартов (при наличии)

1. Перечень поручений по реализации Послания Президента РФ Федеральному Собранию Российской Федерации от 4 декабря 2014 года

п. 8.: Осуществление подготовки кадров по 50 наиболее востребованным и перспективным профессиям и специальностям в соответствии с лучшими зарубежными стандартами и передовыми технологиями к 2020 году в половине профессиональных образовательных организаций.

3. Распоряжение Правительства РФ Об утверждении комплекса мер и целевых индикаторов и показателей комплекса мер, направленных на совершенствование системы среднего профессионального образования, на 2015-2020 гг. (март 2015 г.)

Раздел I, п3.: Актуализация и утверждение ФГОС среднего профессионального образования по 50 наиболее востребованным и перспективным профессиям и специальностям с учетом требований профессиональных стандартов.

4. Приказ Минтруда России «Об утверждении списка 50 наиболее востребованных на рынке труда, новых и перспективных профессий, требующих среднего профессионального образования» (октябрь 2015 года)

Список перспективных профессий и специальностей, требующих СПО, востребованных на рынке труда, с выделением 50 наиболее востребованных.

В целом ФГОС по ТОП-50 имеет следующие основные особенности:

* виды деятельности и профессиональные компетенции разработаны с учетом требований международных и профессиональных стандартов, а также передовых технологий;
* изменена номенклатура и ориентация общих компетенций;
* повышена академическая свобода образовательных организаций в части формирования структуры и содержания образования;
* определены сроки обучения на основе рекомендаций заказчиков рабочих кадров;
* определены условия реализации образовательной программы, в том числе введены дополнительные требования к опыту практической деятельности педагогических работников;
* введен новый вид проведения государственной итоговой аттестации –  демонстрационный экзамен

Сложности, связанные с внедрением новых ФГОС следующие:

Несоответствие педагогических работников требованиям ФГОС, отсутствие соответствующей материально-технической базы, незаинтересованность социальных партнёров в модернизации образовательного процесса, отсутствие нормативно-правовой базы, регламентирующей взаимодействие техникума с профильным МЦК и другими образовательными организациями на уровне региона.

Основные направления поэтапного внедрения ФГОС по ТОП-50 в регионе:

1. Обновление содержания образования
2. Развёртывание дополнительных образовательных услуг
3. Развитие нормативного и финансово-экономического обеспечения
4. Повышение уровня образованности и профессионализма учащихся
5. Повышение уровня компетентности и профессионализма инженерно-педагогических работников
6. Реструктуризация функциональной модели управления.

*Основные направления поэтапного внедрения ФГОС по ТОП-50 в регионе:*

1. Формирование и утверждение региональных перечней наиболее востребованных и перспективных профессий и специальностей СПО с учетом федерального перечня ТОП-50 профессий и специальностей.
2. Определение перечня профессиональных образовательных организаций, которые будут внедрять новые ФГОС СПО по ТОП-50.
3. Установление ПОО КЦП на программы СПО в 2017 году для подготовки кадров по новым ФГОС СПО.
4. Разработка плана развития инфраструктуры ПОО, включая СЦК.
5. Прохождение процедуры лицензирования новых образовательных программ.

**Раздел 2. Формирование структуры профессионального образования и содержания программ СПО в современных условиях на примере образовательной организации**

*Организация процесса формирования содержания программ по ФГОС по ТОП 50* состоит из:

1. Создания рабочей группы;
2. Мониторинга рынка труда и организация взаимодействия с социальными партнерами;
3. Анализа ресурсов образовательной организации (материально-технической базы, кадрового состава, учебно-методического комплекса);
4. Обновления МТБ, подбор и обучение кадрового состава;
5. Подготовки нормативной базы (разработка ООП);
6. Прохождения процедуры лицензирования;
7. Реализации образовательной программы.

**2.1 Общая характеристика примерной программы учебной дисциплины**

**2.1.1. Область применения программы**

Рабочая программа по «Физической культуре» разработана на основе федеральных государственного стандарта (ФГОС) для подготовки специалистов среднего звена по специальности 35.02.07 «Механизация сельского», приказа министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 35.02.07 «Механизация сельского хозяйства».

**2.1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

**2.1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитие человека;

– основы здорового образа жизни.

**2.1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 320 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 160 часов;

самостоятельной работы обучающегося 160 часов.

**2.2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | *320* |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)**  | *160* |
| в том числе: |  |
|  теоретические занятия |  *4* |
|  практические занятия | *156* |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | *160* |
| ***Домашнее задание:****Утренняя гигиеническая гимнастика;*  | *160* |
| *Медленный бег до 30 мин.;* |
| *Прыжки со скакалкой течении 4 мин.;*  |
| *Упражнения «Кенгуру» 20 раз;* |
| *Упражнение «Складной нож» 15 раз;* |
| *Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;* |
| *Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз.* |
| *Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:**-кроссовый бег;**-метание ядра на дальность.* |
| **Занятия в секциях:****-** волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. |
| *Итоговая аттестация в форме дифференцированного* **зачета** |

Программа дисциплины «Физическая культура» приведена в приложении А.

*Порядок разработки программы дисциплины.*

Шаг 1. Разработка примерной основной образовательной программы СПО на основе ФГОС.

После разработки (и актуализации) примерной основной образовательной программы, в ней перечисляются ПС, соответствующие данному направлению подготовки (специальности) (при наличии).

Шаг 2. Разработка основной образовательной программы СПО на основе ФГОС

По итогам разработки основной образовательной программы на основе ФГОС по ТОП-50 необходимо провести ее согласование с непосредственными заказчиками кадров со стороны регионального рынка труда и Государственным заказчиком в лице органа исполнительной власти субъекта Федерации в области образования. Наряду с программой разрабатывается учебно-методический комплекс, включающий основные требования к организации учебного процесса, контрольно-измерительные материалы и программы всех учебных дисциплин и профессиональных модулей.

Шаг 3. Создание условий для реализации программы по ТОП-50.

 Для создания условий образовательная организация проводит

– оценку состояния имеющейся материально-технической базы, определяет направления её развития, формирует план закупок для обеспечения образовательного процесса современным оборудованием и закупает оборудование.

– разрабатывает учебно-методические материалы обеспечивающие процесс реализации программы. Разрабатывает план мониторинга процесса апробации, отбирает «экспериментальные» группы слушателей (студентов);

– проводит обучение педагогических кадров, по внедрению новых педагогических технологий, работе на новом оборудовании, привлекает преподавателей с отраслевых предприятий на конкурсной основе, обеспечивает стажировку педагогов и мастеров производственного обучения, повышение квалификации административного аппарата по проектному управлению.

Шаг 4. Набор и обучение студентов по новой специальности (профессии).

Процесс запуска программы начинается с активной приемной компании на профессии и специальности по ТОП-50. Для обеспечения высокого качества образования, эффективного участия обучающихся в международных конкурсах профессионального мастерства и проведения сквозных контрольных мероприятий в системе СПО набор на программы в соответствии с требованиями ФГОС по ТОП-50 должен осуществлять с применением системы рейтингования входных параметров абитуриентов, создающей условия успешности освоения ими требований основной образовательной программы по ТОП-50. Результаты успешности апробации образовательной программы и овладения обучающимися профессиональными компетенциями ФГОС по ТОП-50 становятся результаты прохождение демонстрационного экзамена по результатам освоения модулей.

Шаг 5. Мониторинг успешности прохождения апробации

По итогам мониторинга формируются предложения по доработке ФГОС и примерных основных образовательных программ и контрольно-измерительных материалов, а также совершенствованию нормативно-правовой базы профессионального образования, как на федеральном уровне, так и на уровне субъекта Российской Федерации.

**Раздел 3. Разработка модели проведения оценочных процедур для промежуточной и/или итоговой аттестации по разработанным программам по ТОП-50**

Родственной для специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования по ТОП-50 является компетенция WorldSkills «Эксплуатация сельскохозяйственных машин». Конкурсные задания по данной компетенции включают в себя следующие разделы: техническое обслуживание газораспределительного механизма двигателя, техническое обслуживание топливной системы двигателя, комплектование пахотного агрегата, устранение неисправностей, комплектование и регулировки пресс-подборщика тюкового, устранение неисправностей и регулировки жатки зерноуборочного комбайна. Предложенные задания соответствуют ФГОС СПО по специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования, обеспечивая выполнение механизированных работ по возделыванию и уборке сельскохозяйственных культур; эксплуатацию, техническое обслуживание и ремонт тракторов, комбайнов, сельскохозяйственных машин, механизмов, установок, приспособлений и другого инженерно-технологического оборудования сельскохозяйственного назначения.

Родственным для специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования по ТОП-50 является профессиональный стандарт 13.001 Специалист в области механизации сельского хозяйства.

Основная цель профстандарта – эффективная реализация механизированных и автоматизированных производственных процессов в сельском хозяйстве.

Трудовые функции, обозначенные в профстандарте: ввод в эксплуатацию новой сельскохозяйственной техники, техническое обслуживание сельскохозяйственной техники, подготовка сельскохозяйственной техники к работе, ремонт сельскохозяйственной техники, организация хранения сельскохозяйственной техники, планирование механизированных сельскохозяйственных работ, технического обслуживания и ремонта сельскохозяйственной техники, организация эксплуатации сельскохозяйственной техники, организация работы по сельскохозяйственной техники повышению эффективности эксплуатации.

ФГОС для специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования по ТОП-50 содержит следующие основные виды деятельности: подготовка машин, механизмов, установок, приспособлений к работе, комплектование сборочных единиц; эксплуатация сельскохозяйственной техники; техническое обслуживание и ремонт сельскохозяйственной техники; организация работ по эксплуатации, техническому обслуживанию и ремонту машинно-тракторного парка сельскохозяйственной организации (предприятия).

Таким образом ФГОС для специальности 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования по ТОП-50 соответствует требованиям профессионального стандарта 13.001 Специалист в области механизации сельского хозяйства.

Разработка требований к процедурам проведения промежуточной и итоговой аттестации включает в себя следующие этапы:

*Выбор предмета оценивания.*

Целесообразно разрабатывать комплексные задания, проверяющие группу компетенций (профессиональных и общих), поэтому компетенции необходимо сгруппировать на основе анализа существующих между ними связей. В случае если оценочные средства разрабатываются на основе только профессионального стандарта, аналогичные действия необходимо произвести с трудовыми функциями, описанными в нем.

*Выбор объекта оценивания.*

 На этом шаге необходимо определить объект оценивания для каждой группы компетенций (трудовых функций), сформированных на первом шаге. Объектами могут выступать продукт деятельности, процесс деятельности, продукт и процесс одновременно.

*Определение длительности выполнения, места выполнения задания, необходимого оборудования / материалов и т.п.*

На этом шаге на основании выбранных объектов оценивания требуется определить, какие условия проведения оценочной процедуры – необходимое количество времени, оптимальное место проведения, необходимые материалы и оборудование - могут обеспечить ее валидность и достоверность полученных в ходе проверки результатов. От ответа на поставленные на этом шаге вопросы зависит выбор форм и методов оценивания. *Выбор формы оценивания.*

 Необходимо сделать выбор оптимальной формы проведения квалификационных испытаний: - очный (по принципу «здесь и сейчас») устный или письменный, или компьютеризированный экзамен; - заочная форма с использованием метода экспертной оценки предоставленных материалов (например, видеоматериалов или экспертная оценка портфолио документов или работ); - смешанная форма.

*Выбор метода оценивания.*

 Выбор метода логически вытекает из всех предыдущих шагов. Допускается выбор нескольких методов, их комбинирование. Основное условие – непротиворечивость выбранным объектам, условиям и формам оценивания. Методы оценивания достаточно разнообразны, среди них могут быть методы тестирования, демонстрационного задания, моделирования ситуации (в том числе, деловая игра), метод проектов, защиты портфолио, экспертного наблюдения, экспертной оценки и др.

*Определение критериев оценки.*

 Критерий – признак, на основании которого проводится оценка по показателю, уточняющий показатель. Критерии позволяют дать дуальную оценку этому качеству по принципу однозначного ответа «да-нет», «выполнено - не выполнено».

*Формирование типового задания.*

 На заключительном шаге алгоритма на основании проделанных пошаговых логических операций необходимо сделать вывод о количестве и общем характере заданий, которые должен выполнить испытуемый, чтобы констатировать наличие квалификации, сформулировать типовые задания и построить программу процедуры оценивания. Типовое задание содержит общее для вариантов заданий содержание, например, «провести ремонт автотранспорта». Конкретные варианты задания будут содержать конкретное наименование автотранспорта, условия, дающие возможность определить его неисправность и способы ремонта. Программа процедуры оценивания зависит, в первую очередь, от выбранных форм и методов проведения процедуры оценивания.

Примеры контрольно-измерительных материалов по дисциплине «Физическая культура».

**Тестирование уровня знаний в области физической культуры и спорта**

**1. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является…**

**а.** Римский император Феодосий I.;

**б.** Пьер де Фреди, барон де Кубертен;

**в**. Философ-мыслитель древности Аристотель;

**г.** Хуан Антонио Самаранч.

**2. Назовите имя представителя России – первого Олимпийского чемпиона игр современности…**

**а.**В. Алексеев;

**б.**В. Иванов;

**в.**н.Орлов;

**г.**Н. Панин-Коломенкин.

**3. Действующий президент МОК:**

**а**. Барон Пьер де Кубертен;

**б**. Маркиз Хуан Антонио Самаранч;

**в.** Граф Жак Роже;

**г.** Лорд Майкл Килланин.

**4. Какая страна победила в общем медальном зачёте на летних Олимпийских играх в Лондоне в 2012 году?**

**а.** США;

**б**. Китай;

**в.** Великобритания;

**г.** Россия.

**5. Анна Чичерова, Мария Савинова, Наталья Антюх, Елена Лашманова – чемпионки Олимпийских игр в…**

**а**. спортивной гимнастике;

**б.**художественной гимнастике;

**в.**синхронном плавании;

**г.**лёгкой атлетике.

**6. Мужская сборная команда по волейболу, какой страны стала Олимпийской чемпионкой в 2012 году?**

**а.**Италия;

**б.**Бразилия;

**в.**Россия;

**г.**Болгария.

**7. Где пройдет зимняя Олимпиада в 2014 году?**

**а.**Америка;

**б.**Финляндия;

**в.**Германия;

**г.**Россия.

**8. Международный Олимпийский Комитет в качестве города, принимающего в 2016 г. XXXI Игры Олимпиады выбрал…**

**а.** Токио;

**б.** Чикаго;

**в.** Рио-де-Жанейро;

**г.** Мадрид.

**9. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».**

**а.** сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах;

**б.** не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство;

**в.** сочетание физического совершенства с высокой нравственностью;

**г.** относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям.

**10. Здоровый образ жизни–это способ жизнедеятельности, направленный на…**

**а.** развитие физических качеств людей;

**б.** сохранение и улучшение здоровья людей;

**в.** подготовку к профессиональной деятельности;

**г.** поддержание высокой работоспособности людей.

**11. Для формирования телосложения малоэффективны упражнения…**

**а.** способствующие повышению быстроты движений;

**б.** способствующие снижению веса тела;

**в.** объединенные в форме круговой тренировки;

**г.** способствующие увеличению мышечной массы.

**12.** **Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:**

**а.** физической нагрузкой;

**б.**интенсивностью физической нагрузки;

**в.** моторной плотностью урока;

**г.** общей плотностью урока.

**13. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:**

**а.** слабую, среднюю, сильную;

**б.** оздоровительную, физкультурную, спортивную;

**в.** без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;

**г.** основную, подготовительную, специальную.

**14. Назовите основные физические качества человека:**

**а.**быстрота, сила, смелость, гибкость;

**б.**быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость;

**в.**быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость;

**г.** быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность.

**15. Свойство опорно-двигательного аппарата, обусловливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, обозначается как…**

**а.** гибкость;

**б.** ловкость;

**в.** быстрота;

**г.** реакция.

**16. С помощью какого теста определяется ловкость?**

**а.** 6-ти минутный бег;

**б.** подтягивание;

**в.** челночный бег;

**г.** бег 100 метров.

**17. Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется...**

**а.** скоростным индексом;

**б.** скоростной выносливостью;

**в.** коэффициентом проявления скоростных способностей;

**г.** абсолютным запасом скорости.

**18. Метод равномерного непрерывного упражнения является наиболее распространенным при воспитании…**

**а.** специальной выносливости;

**б.** скоростной выносливости;

**в.** общей выносливости;

**г.** элементарных форм выносливости.

**19. Развитию вестибулярной устойчивости способствуют…**

**а.**челночный бег;

**б.**подвижные игры;

**в.** прыжки через скакалку;

**г.**упражнения «на равновесие».

**20. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на…**

**а.** координацию;

**б.** быстроту;

**в.** выносливость;

**г.** гибкость.

**21. Метод, при котором длительность интервалов отдыха между повторениями упражнений находится в зависимости от оперативного состояния спортсмена, обозначается как…**

**а.** индивидуальный;

**б.** дозированный;

**в.** повторный;

**г.** рациональный.

**22. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…**

**а.**подводящими;

**б.**корригирующими;

**в.**имитационными;

**г.**общеразвивающими.

**23. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является:**

**а.** время выполнения двигательного действия;

**б.** продолжительность сна;

**в.** коэффициент выносливости;

**г.** величина частоты сердечных сокращений.

**24. Развивающий эффект при воспитании выносливости школьников наблюдается при выполнении упражнений, повышающих частоту сердечных сокращений до...**

**а.**120 ударов в минуту;

**б.** 140 ударов в минуту;

**в.** 160 ударов в минуту;

**г.** 160 и выше ударов в минуту.

**25. Главной причиной нарушения осанки является...**

**а.** слабость мышц;

**б**. привычка к определенным позам;

**в.** отсутствие движений во время школьных уроков;

**г.** ношение сумки, портфеля в одной руке.

**26. Основными источниками энергии для организма являются:**

**а.** белки и жиры;

**б.** витамины и жиры;

**в.** углеводы и витамины;

**г.** белки и витамины.

**27. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:**

**а.** осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой;

**б.** осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой;

**в.** ожидается команда «марш»;

**г.** поворот осуществляется в произвольном направлении.

**28. Назовите размеры волейбольной площадки:**

**а.**6м х 9м;

**б.**6м х 12м;

**в.**9м х 12м;

**г.**9м х18м.

**29. Укажите, решение, каких задач характерно для основной части урока физической культуры?**

1.Функциональная подготовка организма;

2. Разучивание двигательных действий;

3. Коррекция осанки;

4. Воспитание физических качеств;

5. Восстановление работоспособности;

6. Активизация внимания.

**а.**1, 4.

**б.**2, 4.

**в.**2, 6.

**г.**3, 5.

**30. Статические, динамические, циклические, ациклические и комбинированные физические упражнения относятся к классификации…**

а. физиологической;

б. по признаку спортивной специализации;

в. по признаку особенностей мышечной деятельности;

г. биомеханической.

31. Установленное размещение занимающихся для их совместных действий называется...

32. Расстояние по фронту между занимающимися называется…

33. Свойство опорно-двигательного аппарата, обусловливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, обозначается как...

34. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению…

35. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как...

36. Физическое воспитание детей на государственном уровне в Древней Греции начиналось в возрасте семи лет в особом учреждении, называемом…

**БЛАНК ОТВЕТОВ**

|  |
| --- |
| **Задания в закрытой форме** |
| № | Варианты ответов |  | № | Варианты ответов |
| вопроса |  |  | вопроса |  |
|  |
| **1** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **16** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **2** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **17** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **3** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **18** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |  |
| **4** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **19** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |  |
| **5** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **20** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |  |
| **6** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **21** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |  |
| **7** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **22** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **8** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **23** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **9** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **24** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **10** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **25** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **11** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **26** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **12** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **27** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **13** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **28** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **14** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **29** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  |
| **15** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |  | **30** | **а** |  | **б** |  | **в** |  | **г** |
|  | **Задания в открытой форме** |
| **31** | **строем** |  | **34** | **роста** |
|  |
| **32** | **интервалом** |  | **35** | **кувырок** |
|  |
| **33** | **гибкость** |  | **36** | **палестра** |

1. Закончи предложение. Укрепление **здоровья**с помощью природных факторов – солнца, воды и воздуха – это …

1. отдых

2. тренировка

3. закаливание

4. здоровый образ жизни

2. Что способствует повышению общей устойчивости организма к неблагоприятным погодным условиям?

1. выполнение физических упражнений в сочетании с закаливанием;

2. выполнение физкультминуток на уроках;

3. самостоятельное проведение физкультпауз;

4. чтение литературы по здоровому образу жизни.

3. Какие гигиенические факторы используются в качестве средств **физического воспитания**?

1. чистка зубов;

2. проветривание и влажная уборка в спортивном зале;

3. соблюдение режима питания;

4. мытьё рук.

4.**ГТО** – это **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс**. Для чего он нужен?

1. для весёлого время препровождения;

2. для закаливания организма;

3. для участия в соревнованиях;

4. для оценивания своих знаний, физического состояния и подготовки к будущей жизни.

5. Закончи предложение. Правильное распределение времени на занятия и отдых – это …

1. здоровый стиль жизни

2. режим дня

3. режим питания

4. двигательная активность

6. Какое физкультурно-оздоровительное мероприятие проводятся в режиме дня школьника?

1. физкультминутка

2. соревнования

3. спортивный досуг

4. все перечисленные

**Раздел 2. Спортивный теоретик.**

7. Закончи предложение. **Баскетбол** …

1. относится к спортивным играм;

2. состоит из четырех периодов по 10 минут;

3. входит в программу Олимпийских зимних игр;

4. является индивидуальным видом спорта.

8. Какие снаряды относятся к гимнастическим снарядам?

1. канат, коньки, волан;

2. велосипед, гимнастическая стенка, волан;

3. перекладина, канат, гимнастическая стенка;

4. перекладина, канат, коньки.

**Раздел 1. Здоровье и здоровый образ жизни.**

1. Закончи предложение. Укрепление **здоровья**с помощью природных факторов – солнца, воды и воздуха – это …

1. отдых

2. тренировка

3. закаливание

4. здоровый образ жизни

2. Что способствует повышению общей устойчивости организма к неблагоприятным погодным условиям?

1. выполнение физических упражнений в сочетании с закаливанием;

2. выполнение физкультминуток на уроках;

3. самостоятельное проведение физкультпауз;

4. чтение литературы по здоровому образу жизни.

Основные мероприятия по организации оценочных процедур по программам СПО для новых ФГОС.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы | Действия | Результаты |
| Нормативно-установочный | Подготовка приказа о рабочей группе, ответственной за формирование фонда оценочных средств в образовательном учреждении | 1. Приказ о назначении ответственного за формирование ФОС.2. Определение:* Функциональных обязанностей членов группы;
* Сроки подготовки локальных нормативных документов;
* Порядок их согласования;
* Финансовое и материально-техническое обеспечение процедур формирования ФОС.

3. План мероприятий по формированию ФОС. |
| Проектировочный | 1. Деятельность рабочих групп по анализу действующей нормативной базы по текущей, промежуточной и итоговой аттестации. | 1. Разработка Положения о текущей, промежуточной и итоговой аттестации в ОУ.2. Анализ имеющихся ФОС, их количественного и качественного состава, соответствия нормативной документации. |
| 2. Разработка структуры и содержания ФОС. | 1. Составление перечня компетенций, подлежащих оцениванию во видам контроля.2. Составления перечня необходимых ОС.3. Создание макета для формирования ОС.4. Работа над алгоритмом и критериями оценивания.5. Разработка методических рекомендаций по формированию ФОС. |
| Экспертиза ФОС, контроля и оценки | 1. Разработка графика проведения экспертизы, корректировка при необходимости | 1. График проведения экспертизы ОС.2. Установление требование к составу экспертов (обязательное наличие работодателя).3. Перечень рекомендаций по корректировке и доработке ФОС. |
| 2. Утверждение разработанных материалов.  | 1. Приказ директора ОУ. |
| Диагностический | Проведение оценочных мероприятий в соответствии с утвержденным графиком. Обработка полученной информации. | 1. Анализ результатов оценочных мероприятий.2. Разработка шкалы результатов оценочных мероприятий.3. Анализ длительности контрольно-оценочных процедур.4. Анализ требований к организации контрольно-оценочных процедур.5. Характеристика качества оценочных процедур.6. Перечень мероприятий по доработке и корректировке ФОС или его отдельных элементов. |

Реализация ТОП-50 потребует внедрения современных образовательных технологий, апробированных в отечественной практике и за рубежом:

* практико-ориентированные методы обучения (дуальное обучение);
* сетевые и дистанционные (электронные) формы обучения;
* трансляция опыта тренировок команд Ворлдскиллс;
* проведение демонстрационного экзамена в соответствии с требованиями Ворлдскиллс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Традиционная форма ВКР** | **Демонстрационный экзамен** | **Аттестация на основе стандартов WS** |
| Задания доводят до студентов заблаговременно | Задания не известны участникам до начала экзамена. | Задания не известны до начала экзамена |
| Объект оценивания – освоение студентами профессиональных и общих компетенций в соответствии с образовательной программой | Объект оценивания – освоение студентами профессиональных и общих компетенций | Объект оценивания – способность участников наилучшим образом выполнить конкурсное задание |
| Работодатели проводят согласование КИМ и участвуют в экзамене | Работодатели проводят согласование КИМ и участвуют в экзамене | Специальные эксперты разрабатывают конкурсные задания и участвуют в оценочных процедурах |

**Раздел 4. Обоснование условий создания современной образовательной среды для обеспечения новых, наиболее востребованных и перспективных профессий и специальностей**

Программа развития предполагает использование накопленного опыта и
применение современных подходов к подготовке специалистов с учетом требований отрасли.

Ресурсное обеспечение программ по ФГОС ТОП 50 можно разбить на следующие виды:
 **Материальное - техническое обеспечение** программных мероприятий предполагает рациональное использование имеющейся в распоряжении колледжа материально-технической базы, а также использование ресурсов социальных партнеров
колледжа. Кроме того, реализация программных мероприятий требует расширения имеющейся материальной базы в соответствии с реальными финансовыми возможностями колледжа и его актуальными нуждами.
 **Финансовое обеспечение** программных мероприятий осуществляется,
главным образом, за счёт субсидии на выполнение государственного задания и
средств от приносящей доход деятельности. К финансированию Программы
также могут привлекаться финансовые ресурсы организаций социальных партнёров, спонсорская помощь.
 **Кадровое обеспечение** программных мероприятий предусматривает постоянное повышение квалификации административных и педагогических работников, их профессиональное обучение по вопросам подготовки специалистов по ТОП-50, востребованных специальностей и профессий, в том числе, через повышения квалификации, стажировки, участие во всероссийских и региональных научно-практических конференциях, чтениях, семинарах.
 **Организационное обеспечение** программных мероприятий предполагает
совершенствование сложившейся в колледже гибкой системы управления и самоуправления (Педагогический совет, организационно
методический совет, методическая служба, предметно-цикловые комиссии, психологическая служба, студенческий совет), привлечение общественных ресурсов (Наблюдательный совет, социальные партнеры техникума).
 **Информационное обеспечение** программных мероприятий предполагает
использование имеющихся в техникуме информационных ресурсов (Интернет,
библиотека, СМИ, программные продукты, локальная сеть и т.д.).

# УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

# Требования к материально-техническому обеспечению

 Реализация программы учебной дисциплины требует наличия спортивного зала; летних спортивных площадок.

 Оборудование спортивного зала: сетка волейбольная, гири, дартс, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи футзальные, щиты б/б игровые, щиты б/б тренировочные, кольцо баскетбольное амортизационное, гантели, обручи металлические, стенка щведская, скамейки гимнастические, тренажер для отжимания, скакалки, гранаты для метания, ядра для толкания,

Технические средства обучения: компьютер.

#  Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основные источники:

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10—11 кл. — М., 2010.
2. Матвеев А.П. Физическая культура 5-11 кл., Просвещения, 2007г.
3. Родниченко В.С.твой олимпийский учебник. «Советский спорт», 2007 г.

Дополнительные источники:

1. Барчуков И.С. Физическая культура. — М., 2008 .
2. Бирюкова А.А. Спортивный массаж: учебник для вузов. — М., 2006.
3. Бишаева А.А., Зимин В.Н. Физическое воспитание и валеология: учебное пособие для студентов вузов: в 3 ч. Физическое воспитание молодежи с профессиональной и валеологической направленностью. — Кострома, 2009.
4. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология: учебный практикум. — М., 2008.
5. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании. — М., 2009.
6. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе / под ред. М.М.Безруких, В.Д.Сонькина. — М., 2008.
7. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры. — М., 2009.
8. Хрущев С.В. Физическая культура детей заболеванием органов дыхания: учеб. пособие для вузов. — М., 2009.
9. Арзуманов С.Г. Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 классов, Ростов-на-Дону, Феникс, 2010 г.
10. Решетников Н.В. Физическая культура. — М., 2002.

Интернет-ресурсы:

1. [prosv.ru](http://www.prosv.ru/) › [ebooks/Matveev\_Fizra\_5-11kl/4.html](http://www.prosv.ru/ebooks/Matveev_Fizra_5-11kl/4.html). [Матвеев А. П. Физическая культура. 5—11 классы](http://www.prosv.ru/ebooks/Matveev_Fizra_5-11kl/4.html) .
2. [metodisty.ru](http://metodisty.ru/) › [m/groups/files/fizicheskaya\_kultura…](http://metodisty.ru/m/groups/files/fizicheskaya_kultura?cat=347) Разработки уроков по физической культуре.
3. [planetashkol.ru](http://planetashkol.ru/) › [library/legal/section.php…](http://planetashkol.ru/library/legal/section.php?ELEMENT_ID=7093)Инструктор по физической культуре — Планета школ.
4. <http://festival.1september.ru/subjects/17/>. **Фестиваль педагогических идей "Открытый урок".**
5. <http://zdd.1september.ru/>. Электронная версия газеты **"Здоровье детей"**
6. <http://spo.1september.ru/> . Электронная версия газеты **"Спорт в школе"**
7. [shkolagarmonii.ucoz.ru](http://shkolagarmonii.ucoz.ru/) › [board/urok\_fizkultury/9-1-…](http://shkolagarmonii.ucoz.ru/board/urok_fizkultury/9-1-0-18) [Урок физкультуры - разработки уроков - Работы учителей - Выставка...](http://shkolagarmonii.ucoz.ru/board/urok_fizkultury/9-1-0-18)
8. [mediaget.ru](http://www.mediaget.ru/)›[Рефераты](http://www.mediaget.ru/referat/)› [referat/71034](http://www.mediaget.ru/referat/referat/71034/). Компьютерные технологии в физической культуре, оздоровительной
9. [metodsovet.su](http://metodsovet.su/)›[Методичка](http://metodsovet.su/load/)› kultura/razr\_urokov/130. [Разработки уроков - Физическая культура - Методичка - Методсовет](http://metodsovet.su/load/fiz_kultura/razr_urokov/130)
10. [it-n.ru](http://www.it-n.ru/) › [board.aspx…Сеть творческих учителей / Олимпиада по физической культуре](http://www.it-n.ru/board.aspx?cat_no=22924%20&BoardId=75612&tmpl=Thread&ThreadId=56555) .

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В работе над поставленными вопросами были рассмотрены и изучены:

- направление развития ПОО по внедрению ФГОС по ТОП 50;

- перечень профессий и специальностей ТОП 50;

- программы, родственные ТОП 50 в Луховицком аграрно-промышленном техникуме;

- нормативно-правовые документы федерального и регионального уровня, которыми регулируются модернизационные процессы, планируемые в ПОО;

- организация процесса формирования содержания программ ФГОС по ТОП-50;

- формирование структуры программы СПО по специальности;

- порядок разработки учебной программы дисциплины;

- выполнена разработка примера контрольно-измерительных материалов для промежуточной аттестации;

- перечислены мероприятия по ресурсному обеспечению программы по дисциплине «Физическая культура» по ФГОС на ТОП-50.

Считаю, что разработка поставленных вопросов в данной работе освещена достаточно полно.

Изучены рекомендации по организации процесса методического обеспечения программ по ФГОС по ТОП 50.

*Положительные стороны развития ПОО:*

1. Позитивный имидж в социуме;

2. Высокая квалификация персонала;

3.Спрос на данную специальность;

4.Востребованность выпускников колледжа;

5.Наличие ресурсов на своевременную подготовку педагогических кадров;

6.Обновление учебной и учебно-методической литературы за счёт предприятий-партнеров;

7.Привлечение к преподаванию высококлассных специалистов-практиков.

*Вместе с тем остается достаточно высокий уровень рисков и угроз:*

1.Ограниченные возможности бюджета на приобретение методического обеспечения.

2.Потеря преподавательского состава вследствие низкой оплаты труда.

4.Отсутствие нормативно-правовой базы, регламентирующей взаимодействие профессиональных образовательных организаций и работодателей.

5.Незаинтересованность предприятий-партнеров в совместной реализации данного проекта.

6.Понижение качества образовательного процесса за счет увеличения объема учебной нагрузки.

7.Консервативный подход определенных преподавателей по отношению к изменению традиционной системы обучения.

**Списки источников.**

Нормативно-правовые документы

1.Перечень поручений Президента В.В. Путина по итогам встречи с членами национальной сборной России по профессиональному мастерству от 29 декабря

2.Приказ Минобрнауки России от 28 мая 2014 г. № 594 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ».

3.Распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 марта 2015 г. № 349-р «Об утверждении Комплекса мер, направленных на совершенствование системы среднего профессионального образования, на 2015 - 2020 годы»

4.Список 50 наиболее востребованных на рынке труда, новых и перспективных профессий, требующих СПО, утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 2 ноября 2015 г. № 831.

5.Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

**Используемые источники**

*1. Актуальные вопросы развития среднего профессионального образования: Практическое пособие / В.И. Блинов, Е.Ю. Есенина, О.Ф. Клинк, А.И. Сатдыков, И.С. Сергеев, А.А. Факторович; под общ. ред. А.Н. Лейбовича. – М.: Федеральный институт развития образования, 2016. – 256 с.*

*2.Снопко Н.М. Методология разработки региональных программ развития среднего профессионального образования (опыт Москвы) Научные исследования в образовании №8, 2008*

*3.Панова О.О. Примерный перечень локальных нормативно-правовых актов образовательной организации среднего профессионального образования. – С: ГБПОУ ДПО РК «КЦРПО», 2015*

*4.Методические рекомендации по разработке образовательными организациям локальных нормативных актов в условиях реализации ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации»/сост. Лукманова – К: ИРО РТ, 2014.*

Приложение А

Программа дисциплины «Физическая культура»

**2.2.2 Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1 | Спортивно - оздоровительная деятельность | *160* |  |
| Тема 1.1.Легкая атлетика | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *35* |
| 1 | Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника бега на короткие дистанции: бег групповой с низкого старта (2-3 раза по 30 м); бег на дистанции (50-60 м, 2-3 раза); финиширование (2-3 раза, 60 м). | *8* | *2* |
| 2 | Бег на дистанцию100 м, метания гранаты на дальность. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра - футбол. | *8* | *2* |
| 3 | Бег на дистанцию 1000м, прыжок в длину с места. Техника прыжка в высоту способом ножницы. Спортивная игра - футбол. | *6* | *2* |
| 4 | Прыжок в высоту способом ножницы. Кроссовый бег в равномерном темпе. Игра по выбору учащихся. | *5* | *2* |
| 5 | Прыжок в длину с разбега, кроссовый бег 3000 м. Спор-тивная игра футбол. | *5* | *2* |
|  Сдача контрольных нормативов: бег 100 м; бег 1000м;прыжок в длину с места; метания гранаты на дальность; прыжок в длину с разбега; кроссовый бег 3000 м. | *3* |  |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.; Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. | *35* |
| Тема 1.2.Спортивная игра«Волейбол» | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *31* |
| 1 | Техника безопасности на занятиях по волейболу. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах. | *10* | *2* |
| 2 | Передача мяча через сетку. Верхняя подача мяча в парах. Учебная игра. | *8* | *2* |
| 3 | Эстафета с элементами волейбола. Прямой нападающий удар. Блокирование.  | *5* | *2* |
| 4 | Двусторонняя игра с использованием ранее изученных приемов. | *6* | *2* |
| 5 | Выполнение нормативов: верхняя прямая подача, передача над собой. | *2* | *2* |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.; Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. | *31* |  |
|  | Сдача контрольных нормативов: верхняя прямая подача, передача над собой. | *2* |
| Тема 1.3.Гимнастика | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *20* |
| 1 | Правила техника безопасности на занятиях по гимнастике.  | *2* | *2* |
| 2 | Разучивание комплекса производственной гимнастики.  | *4* |  |
| 3 | Акробатика: стойка на руках, кувырок вперед, длинный кувырок вперед. Выполнение связки акробатических упражнений | *4* |  |
| 4 | Совершенствование прыжка через гимнастического козла способом «согнув ноги». | *4* | *2* |
| 5 | Совершенствование прыжка через гимнастического козла способом «ноги врозь». | *4* | *2* |
| Сдача контрольных нормативов | *2* |  |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.;Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. | *20* |
| Тема 1.4.Спортивная игра«Баскетбол» | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *28* |
| 1 | Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Бег по заданию. Передвижения в защитной стойке в различных направлениях, остановки и повороты. | *6* | *2* |
| 2 | Совершенствование передач мяча ранее изученными способами в движениях и в парах. Учебная игра. | *6* | *2* |
| 3 | Обучения броску мяча в движении в кольцо. Совершенствование штрафного броска. Учебная игра.  | *5* | *2* |
| 4 | Закрепление броска мяча в движении в кольцо. Сочетание приемов: ловля мяча, ведение с сопротивлением и бросок мяча изученными способами в движения.  | *5* | *2* |
| 5 | Совершенствование штрафного броска. Учебная игра. | *4* | *2* |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.; Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. | *28* |  |
|  |  Сдача контрольных нормативов: подтягивание в висе на перекладине, поднимание туловища из положения лежа на спине руки за головой ,удержание ног в положении «угла» в упоре. Выполнение контрольного норматива – штрафной бросок | *2* |
| Тема №5 Спортивная игра «Футбол» | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *31* |
| Техника безопасности на занятиях по футболу. Совершенствование индивидуально- тактических действий. | *6* |
| Совершенствование ударов по мячу, ведение и остановки. | *6* |
| Совершенствование вбрасывание, финты, отбор мяча. | *6* |
| Судейство соревнований. Специально- подготовительные упражнения. | *5* |
| Совершенствование командно- тактических действий. | *5* |
| Сдача контрольных нормативов | *3* |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.; Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. |  |
| Тема 1.6 Лыжная подготовка. | Содержание учебного материала |  |
| Практические занятия | *12* |
| Совершенствование техники коньковых ходов | *2* |
| Совершенствование техники классических ходов | *2* |
| Совершенствование подъемов, спусков | *2* |
| Лыжные эстафеты. | *2* |
| Сдача контрольных нормативов | *2* |
| Самостоятельная работа обучающихся:Домашнее задание:Утренняя гигиеническая гимнастика; Медленный бег до 30 мин.;Прыжки со скакалкой в течение 4 мин.; Упражнения «Кенгуру» 20 раз;Упражнение «Складной нож» 15 раз;Прыжки с продвижением вперед (в гору, по ступенькам)-30 раз;Приседание-выпрыгивание вверх с доставанием руками метки на высоте до 2 м-20раз. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике в индивидуальном порядке:-кроссовый бег;-метание ядра на дальность.Занятия в секциях:- волейбол;-баскетбол;-футбол;-настольный теннис. | *12* |
| Дифференцированный зачет. | *2* |
| Всего: | *320* |
|  |