Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

Министерство образования Камчатского края ФИО: Буряк Лилиана Георгиевна

Должность: Директо Краевое государственно профессиональное образовательное автономное учреждение

Дата подписания: 02.12.2024 16:15:16 «КАМЧАТСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ» уникальный программный ключ: **(КГПОА) У «Камчатский политехнический техникум»)** 09ca00e330a92db0da80d03297824e0dfd209960

Рабочая программа дисциплины

«ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 07.02.01 «Архитектура» приказ Министерства образования и науки РФ от 28.07.2014г.№ 850.

Организация-разработчик: КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум».

Разработчик: Семёнова Т.Г.

РЕКОМЕНДОВАНО

Цикловой комиссией гуманитарного цикла ФК и ОБЖ протокол № 1

от «10» сентября 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Методическим советом протокол № 1 «17» сентября 2024 г.

0 Γ Л AC0 В AН 0 Mm 0 ð uч е cк и \mathcal{M} c0 в em0 \mathcal{M}

C

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
1. Общая характеристика
1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы4
1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины Ошибка! Закладка не определена.
2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ Ошибка! Закладка не определена.
2.1. Трудоемкость освоения дисциплины
2.2. Содержание дисциплины
3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ
3.1. Материально-техническое обеспечение
3.2. Учебно-методическое обеспечение
4. Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ Ошибка! Закладка не определена. 5

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по всем специальностям СПО, предназначена для организации занятий по физической культуре в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена. профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Физическая культура» является учебной дисциплиной обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в общепрофессиональном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ПССЗ).

В учебных планах ОПОП СПО дисциплина «Физическая культура» входит в состав общих общепрофессиональных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО соответствующего профиля профессионального образования.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненнозначимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
 - освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в

формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Содержание программы учебной дисциплины направлено на достижение следующих задач:

- выполнение индивидуально подобранных комплексов оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиций ритмической и аэробной гимнастики, комплексов упражнений атлетической гимнастики;
 - выполнение простейших приёмов самомассажа и релаксации;
 - применение самоконтроля при занятиях физическими упражнениями;
- преодоление искусственных и естественных препятствий с использованием разнообразных способов передвижения;
 - выполнение приёмов защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществление творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физической культурой;
- выполнение контрольных нормативов, предусмотренных государственным стандартом по лёгкой атлетике, гимнастике, плаванию и лыжам при соответствующей тренировке, с учётом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Трудоемкость освоения дисциплины

Наименование составных частей дисциплины	Объем в часах	В т.ч. в форме практ. подготовки
Учебные занятия	178	178
Самостоятельная работа	178	-
Промежуточная аттестация	_	
в форме дифференцированного зачета	_	-
Всего	356	178

2.2. Содержание дисциплины

2 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объём часов	Уровень освоения
	Раздел 1 Лёгкая атлетика	28	
Тема 1.1 Вводное занятие	Содержание учебного плана: 1) общий инструктаж по мерам безопасности на занятиях по физической культуре и на спортивных площадках, 2) ОРУ, тестирование физических качеств, 3) дистанции в лёгкой атлетике, старт, разгон, техника бега	2	3
	Практическое занятие: «Тестирование физических качеств по лёгкой атлетике»	2	
Тема 1.2 Кроссовая подготовка	Содержание учебного плана: 1) техника бега на средние дистанции. Циклический бег 1000-3000 м, 2) Бег по пересечённой местности, 3) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Циклический бег»	2	
Тема 1.3 Спринтерский бег	Содержание учебного плана: 1) бег 1000м, 2) Техника бега на короткие дистанции, старт, разгон, финиширование, 3) бег 100 м, 4) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Техника бега на короткие дистанции»	2	
Тема 1.4 Спринтерский бег	Содержание учебного плана: 1) бег 1000м, 2) техника бега на 30, 60 м, 3) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Техника бега на 30, 60м»	2	
Тема 1.5 Кроссовая подготовка	Содержание учебного плана: 1) бег 3*1000м, ускорения 50 м на дистанции, 2) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Бег 3*1000м, ускорения 50м на дистанции»	2	

Тема 1.6	Содержание учебного плана:		
Эстафетный бег	1) спринтерский бег 100м,	2	
Эстафетный бег	2) техника передачи эстафетной палочки, эстафетный бег 4 х 100м.,4 х 400 м	2	
	Практическое занятие: «Эстафетный бег»	2	
Тема 1.7	Содержание учебного плана:		
Метание	1) бег 1000 м,		
	2) техника метания гранаты,	2	
	3) метание гранаты с разбега: девушки – 500 гр., юноши – 700 г.,		
	4) ΟΦΠ		
	Практическое занятие: «Метание гранаты»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленным	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одарённых студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического	14	
воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (су	удьбы и биографии лучших представителей).		
	бежные легкоатлеты (для учащихся с ослабленным здоровьем).		
г) История возникновения и развития лёгкой атлетики (для учащихся с ослабленным здоровьем).			
2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными			
способностями).			
,	следующей защитой по теме: «Развитие лёгкой атлетики в мире, России, на Камчатке» (для учащихся		
базового уровня).			
4. Ежедневная утренняя гимн	астика,		
общеразвивающие упражнени			
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одарённых учащихся).			
Раздел 2 Волейбол			
Тема 2.1	Содержание учебного плана:		
Введение в волейбол	1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в волейбол,		
	2) правила игры, правила соревнований	2	3
	4) игра по упрощенным правилам волейбола,		
	5) исходное положение (стойки), перемещения волейболиста в нападении		
	1		

	Практическое занятие: «Основные технические действия»	2	
Тема 2.2	Практическое занятие. «Основные технические деиствия» Содержание учебного плана:		
Техника стоек и приёма	1) техника стоек, перемещений волейболиста в защите,		
мяча. Виды и техника подач	2) техника приёма мяча снизу двумя руками, одной,	2	3
подил	3) техника верхней прямой подачи: силовая, с планирующей траекторией полёта мяча,		
	4) техника нижней прямой подачи		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Тема 2.3	Содержание учебного материала:	2	
Техника верхней прямой	1) ΟΦΠ	_	ļ
подачи, прямого	2) техника верхней прямой подачи,		
нападающего удара	3) техника прямого нападающего удара,		
	4) техника нападающего удара тихого, после имитации сильного		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Тема 2.4	Содержание учебного материала:	2	
Передача и приём мяча	1) ΟΦΠ		
•	2) техника приема мяча сверху, техника приема мяча снизу,		
	3) передача и приём мяча снизу		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Тема 2.5	Содержание учебного материала:	2	3
Передача мяча через сетку	1) ОФП		
	2) передача мяча через сетку снизу,		
	3) передача мяча через сетку сверху,		
	4) нижняя прямая подача		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленным	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.		10	
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического			
воспитания.			
	б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)		
в) Ведущие российские и зарубежные волейболисты (для учащихся с ослабленным здоровьем)			
	г) История возникновения и развития волейбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследовательс способностями).	2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными способностями).		

Базового уровия). 4.Ежедневная утренняя гимнастика, обіперазивающие упражиелия (ОРУ). 4.Ежедневная утренняя гимнастика, обіперазивающие упражиелия (ОРУ). 20 Разрел 3 Баскетбол 20 Тема 3.1. Ваводное занятие. 1. Осержание учебното плана: 1. Осорежание учебного материала: 1. Осорежание учебного матери	2. Сорнания прородительны а на	следующей защитой: «История развития волейбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся			
4. Ежельевная утренияя гимнастика, обисразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мнл.) Учебно-местодическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————		следующей защитой. «история развития воленоола в мире, госсии, на камчатке» (для учащихся			
общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятите: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производетвенной гимнастики с учётом направления будупцей профессиональной деятельности студентов (для одвренных учащихся). Тема 3.1. Вводное занятие. Стойки. Передвижения. Ведение мяча Ведение мяча Ведение мяча Вроски дология и передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке Практическое занятие: «Основные технические действия» Содержание учебного плана: 1) борсок двумя руками с места, 2) ловля и передача мича двумя руками на месте, 3) ловля и передача мача двумя руками на месте, 3) ловля и передача мача за влижении во встречном движении Практическое занятие: «Обновные технические действия» 2 3 Тема 3.3 Передвижение в защитной стойке Практическое занятие: «Обновные технические действия» 2 3 Запажение в защитной стойке практическое занятие: «Обновные технические действия» 2 3 Запажение в защитной стойке практическое занятие: «Обновные технические действия» 2 3 Тема 3.3 Передвижение в защитной с места, 2) ловля и передача мача двумя руками на месте, 3) ловля и передача мача двумя руками на месте, 2) ловля и передача мача за движении места, 3) ловля и передача мача за движении во встречном движении, 4) передвижение без мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Итра по упрошенным правилам» 2 3 Тема 3.4 Броски мяча 1) ОФП, 2) борсок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 4) борсос к мяча двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 4) борсос к мяча двумя руками с места, бросок двумя руками в движении 1 1 рактическое занятие: «Итра по упрошенным правилам» 2 3 Тема 3.5 Передача и ловля мяча на повля мяча на месте по прямой линии, 1 1 ОФП, 2) передача и ловля мяча на повля мяча на месте по прямой линии, 1 1 ОФП, 2) передача и ловля мяча на повля мяча на месте по прямой линии,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будупсей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Тема 3.1. Вводное занятие: Стойки. Передвижения. Ведение мяча Практическое занятие: «Основные технические действия» Тема 3.2. Передвиа и ловля мяча Практическое занятие: «Основные технические действия» Тема 3.3 Передвижение в защитной стойке вперед и назад Тема 3.3 Передвижение в защитной стойке вперед и назад Тема 3.4 Броски мяча Тема 3.4 Броски мяча Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.4 Броски мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.5 Передвижение без мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.5 Передвача и ловля мяча Тема 3.5 Передача и ловля мяча Тема 3.5 Передача и ловля мяча Тема 3.5 Передача и ловля мяча Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.5 Передача и ловля мяча Тема 3.5 Передача и ловля мяча Тема 3.5 Передача и ловля мяча на месте по прямой линии,					
Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов для одаренных учащихся). 20 Тема 3.1. Потехника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол, 1 техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол, 2 тойки, передвижения. Ведение мяча 2 тойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения мяча, ередвижение в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения мяча, ередвижения в защитной стойке 2 з з тойки, передвижения мяча, ередвижения в защитной стойке перед и назад 2 з з тойки, передвижения мяча, ередвижения меча в дижении во встречном движении, 4 передвижение без мяча в защитной стойке практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 з з тойки, передача меча в движении, 4 передвижение без мяча в защитной стойке практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 з з тойки, передвижения в тойке практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 з з тойки, передвижения в тойке практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 з з тойки, передача и ловля мяча в защитной стойке практическое занятие: «Игра по упрощением направления движения		ıя (ОРУ),			
Направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). 20 20 20 20 20 20 20 2					
Тема 3.1. Ваздел 3 Баскетбол 20 Тема 3.1. Содержание учебного плана: 1) гехника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол, 2 3 Тема 3.2. Передача и ловля мяча. Броски 2 3 Тема 3.3 Передача мяча двумя руками на месте, 2 3 Тема 3.3 Передвижение в защитной стойке вперед и назар стойке в за мача в движении во встречном движении, 4) передвижение без мяча в защитной стойке в практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 3 Тема 3.4 Броски мяча 2 3 Тема 3.4 5 5 3 5 3 5					
Тема 3.1. Вводное занятие. Содержание учебного плана: 1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол, 2) правила игры, соревнований, 3) стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 3 Тема 3.2. Передача и ловля мяча. Броски 1) бросок одвумя руками с места, 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча в движении во встречном движении практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 3 Тема 3.3 Передвижение в защитной стойке вперед и назад 20 довля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками в места, 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками в места, 4) передвижение без мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 3 Тема 3.4 Броски мяча Содержание учебного материала: 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок муча руками с места, бросок двумя руками в движении, 4) бросок одной рукой в движении, 5) бросок одной рукой в движении, 6) бросок одной рукой в движении в одноматериала: 6) соднатися одномательной стойке 7 2 3<	направления оудущей профес		20		
1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол, 2 правила игры, соревнований, 3 стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке	T. 2.1	11	20		
Стойки. Передвижения. Ведение мяча 2) правила игры, соревнований, 3) стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке 2 Тема 3.2. Передача и ловля мяча. Броски Содержание учебного плана: 1) бросок двумя руками с места, 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 10 фосок двумя руками с места, 20 ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 3) ловля и передача мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.4 Броски мяча Содержание учебного материала: 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 4) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменним, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Передача и ловля мяча Содержание учебного материала: 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 2 3				ļ	
Ведение мяча 3 стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке	, ,		_		
Практическое занятие: «Основные технические действия» 2	-		2	3	
Тема 3.2. Содержание учебного плана: 1 броски 2 3 Броски 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 3 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 3) ловля и передача меча в движении во встречном движении 2 2 Тема 3.3 Содержание учебного материала: 1 2 3 10 бросок двумя руками с места, 2 3 2 3 20 ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3	Ведение мяча	3) стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке			
Передача и ловля мяча. 1) бросок двумя руками с места, 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3		Практическое занятие: «Основные технические действия»	2		
Броски 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 3) ловля и передача меча в движении во встречном движении 2 Тема 3.3 Содержание учебного материала: 2 1) бросок двумя руками с места, 2 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля мяча 2 4) Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 5 3 6 1) ОФП, 7 1) ОФП, 1) ОФП, 2 1) ОФП, 2 2 3 3) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, <td>Тема 3.2.</td> <td></td> <td></td> <td></td>	Тема 3.2.				
Броски 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 3) ловля и передача меча в движении во встречном движении 2 Тема 3.3 Содержание учебного материала: 2 1) бросок двумя руками с места, 2 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3) ловля мяча 2 4) Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 5 3 6 1) ОФП, 7 1) ОФП, 1) ОФП, 2 1) ОФП, 2 2 3 3) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, <td>Передача и ловля мяча.</td> <td>1) бросок двумя руками с места,</td> <td></td> <td></td>	Передача и ловля мяча.	1) бросок двумя руками с места,			
Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.3 Содержание учебного материала: 1) бросок двумя руками с места, 2 3 стойке вперед и назад стойке вперед и назад стойке вперед и назад тойке вперед и назад тойке вперед и назад тойке вперед и назад тойке вперед и назад стойке вперед и назад тойке в трактическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 3 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2 3 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3 6 2 3 Тема 3.5 Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 2 3 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 3 Передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 2 3 <t< td=""><td>Броски</td><td></td><td>2</td><td>3</td></t<>	Броски		2	3	
Тема 3.3 Содержание учебного материала: 1) бросок двумя руками с места, 2 3 стойке вперед и назад стойке в завижении во встречном движении, в завижении в завижении в завижении в завижении в завижении, в завижении, в завижении, в завижении, в завижении, в завижении в завижении в завижении в завижении в завижении, в завижении, в завижении, в завижении в завижении в завижении, в завижении в завижении, в завижении, в завижении, в завижении, в завижении в завижении в завижении,		3) ловля и передача меча в движении во встречном движении			
Передвижение в защитной стойке вперед и назад 1) бросок двумя руками с места, 2 3 Стойке вперед и назад 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 З ловля и передача меча в движении во встречном движении, 4) передвижение без мяча в защитной стойке 2 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения 2 3 Тема 3.5 Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 2 3 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 ОфП, 2 3 ОфП, 2 3 ОфП, 2 3 Передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 3 3		Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2		
стойке вперед и назад 2) ловля и передача мяча двумя руками на месте, 2 3 3) ловля и передача меча в движении во встречном движении, 4) передвижение без мяча в защитной стойке 2 Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2 3 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4 6 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения 7 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 3 3	Тема 3.3	Содержание учебного материала:			
3) ловля и передача меча в движении во встречном движении, 4) передвижение без мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 2 3	Передвижение в защитной	1) бросок двумя руками с места,			
4) передвижение без мяча в защитной стойке Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Передача и ловля мяча Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 1 1) ОФП, 2 3 1 2 3 1 1) ОФП, 2 3 1 2 3 1 1 2 3 1 1 <td <="" rowspan="2" td=""><td>стойке вперед и назад</td><td>2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,</td><td>2</td><td>3</td></td>	<td>стойке вперед и назад</td> <td>2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,</td> <td>2</td> <td>3</td>	стойке вперед и назад	2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,	2	3
Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 2 3 3 3			3) ловля и передача меча в движении во встречном движении,		
Тема 3.4 Содержание учебного материала: 2 3 Броски мяча 1) ОФП, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 2 3 3 3 3		4) передвижение без мяча в защитной стойке			
Броски мяча 1) ОΦΠ, 2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 2		Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2		
2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении, 3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 Передача и ловля мяча 3) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 3	Тема 3.4	Содержание учебного материала:	2	3	
3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,	Броски мяча	1) ΟΦΠ,			
3) бросок одной рукой в движении, 4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,	•	2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении,			
4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 3					
Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам» 2 Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 3 3		1 / A			
Тема 3.5 Содержание учебного материала: 2 3 Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2 3 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии, 2 3			2		
Передача и ловля мяча 1) ОФП, 2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,	Тема 3.5		2	3	
2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,	Передача и ловля мяча				
of stops in the bedan in the property of the p		3) ловля и передача мяча в движении,			
4) ловля и передача мяча во встречном движении					

Тема 4.1 Содержание и проведение комплексов занятие: оставления (дРУ), медленный профессиональной деятельности студентов (развитие с Самостотураннаравления (дря учащихся базового уровня и одарённых студентов – практическое выполнение. 10 10 10 10 10 10 10 1		Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
дия учащихся с ослабленным здоровьем — письменный тест, для учащихся базового уровия и одарённых студентов — практическое выполнение. 1. Темы для рефератов: а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического воспитания. 6) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей) в) Ведущие российские и зарубежные баскетболисты (судьбы и биографии лучших представителей) г) История возинисновения и развития баскетболя (для учащихся с ослабленным здоровьем) 2. Полготовка исследовательского проекта «Комплексено—целевая программа здорового образа жизнию (для учащихся с одарёнными способностями) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровия и одаренных студентов) 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразивающие упражавения (ОРУ), метденный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренией, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол 8 Тема 4.1 Введение 1) Ть на занятиях, правила игры, 2 специальные упражнения» 2 сосрежание учебного плана: 1) Ть на занятиях правила игры, 2 сосрежание учебного плана: 1) ОРУ, 2 сосрежание составленым заровьем — письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов — практическое выполнение. Самостоятельныя работа: 4 4	Контрольное тестирование:		_	
1. Темы для рефераток: а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического воспитания. б) Заёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей) г) История возникновения и развития баскетболиеты (судьбы и биографии лучших представителей) г) История возникновения и развитам баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем) 2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплекспо-целевая программа здорового образа жизин» (для учащихся с одарёчными способностяхии) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровия и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, обигразвивающие упражнения (ОРУ). медленный бст (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Ваедение Тема 4.1 Введение Практическое занятие: «Специальные упражнения» Тема 4.2 Основные тактико. Основные тактико. Основные тактико. Технические действия д) огновные тактико-технические действия, д) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4	для учащихся с ослабленным выполнение.	и здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одарённых студентов – практическое	10	
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического воспитания. 8) Ведущие российские и зарубежные баскетболисты (судьбы и биографии лучших представителей) 7) История возникновения и развития баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем) 2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизнью (для учащихся с одарёнными способностями) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————	_			
В) Ведущие российские и зарубежные баскетболисты (судьбы и биографии лучших представителей) г) История возникновения и развития баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем) 2. Подтоговка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизии» (для учащихся с одарёнными способностями) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————	а) Физическая культура: цели	и и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
т) История возникновения и развития баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем) 2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексио-целевая программа здорового образа жизнию (для учащихся с одарёнными способностями) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневняя утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бег (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————				
2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными способностями) 3 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол 8 7 сма 4.1 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 2 2) специальные упражнения 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: 1) ОРУ, 2 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: 4 Основные тактико- техническое занятие: «Специальные упражнения» 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: 1) ОРУ, 2 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: 4 Основные тактико- техническое занятие: «Специальные упражнения» 2 Тема 4.2 Озержание учебного плана: 1) ОРУ, 2 Основные тактико- техническое действия, 3) игра по упроценным правилам 2				
жизни» (для учащихся с одарёнными способностями) 3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бег (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол В Раздел 4 Футбол Тема 4.1 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 остациальные упражнения Практическое занятие: «Специальные упражнения» Тема 4.2 Основные тактико Основные тактико Технические действия 1) ОРУ, 2 основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4 иментации с ослабленных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4 иментации с ослабленных студентов – практическое выполнение.				
3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бег (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол Тема 4.1 Введение Практическое занятия, правила игры, 2 (3) специальные упражнения Практическое занятие: «Специальные упражнения» Тема 4.2 Основные тактико-технические действия, 3 игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем — письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов — практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4				
базового уровня и одаренных студентов). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бег (3-5 мин.). 4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бег (3-5 мин.). 4. Ежедневная утренняя гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). 8 Тема 4.1 Содержание учебного плана: 8 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 специальные упражнения 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: «Специальные упражнения» 2 Основные тактико- технические действия технические действия, 3 игра по упрощенным правилам 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 2 Самостоятельная работа: 4				
4. Ежедневная утренняя гимнастика, общеразвивающие упражнения (OPV), медленный бег (3-5 мин.). медленный бег (3-5 мин.). медленный бег (3-5 мин.). учебио-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). 8 Тема 4.1 Содержание учебного плана:				
общеразвивающие упражнения (ОРУ), медленный бет (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————				
медленный бег (3-5 мин.). Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). ———————————————————————————————————				
Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол 8 Тема 4.1 Содержание учебного плана: 2 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 2) специальные упражнения 2 Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2 Основные тактико- Тема 4.2 Содержание учебного плана: 2 Основные тактико- 2 Темические действия 2 3) игра по упрощенным правилам 2 Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 2 Самостоятельная работа: 4		ия (ОРУ),		
направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 4 Футбол Тема 4.1 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2) специальные упражнения Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2 Тема 4.2 Основные тактико- технические действия 2) основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4				
Раздел 4 Футбол 8 Тема 4.1 Содержание учебного плана: 2 Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 2) специальные упражнения 2 Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2 Содержание учебного плана: 3 Основные тактико-технические действия 2 2) основные тактико-технические действия, 3 3) игра по упрощенным правилам 2 Контрольное тестирование: Драктическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: 2 для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 4 Самостоятельная работа: 4				
Тема 4.1 Содержание учебного плана: Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 2) специальные упражнения 2 Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: Основные тактико- технические действия 2 3) игра по упрощенным правилам 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 2 Самостоятельная работа: 4				
Введение 1) ТБ на занятиях, правила игры, 2 специальные упражнения 2 Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2 Тема 4.2 Содержание учебного плана: 2 Основные тактико- технические действия 2 технические действия 2) основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам 2 Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 2 Самостоятельная работа: 4	T 4.1		8	
2) специальные упражнения 1				
Практическое занятие: «Специальные упражнения» 2	Введение		2	
Тема 4.2 Содержание учебного плана: 2 Основные тактико- технические действия 1) ОРУ, 2 технические действия 2) основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: 2 для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. 4 Самостоятельная работа: 4		2) специальные упражнения		
Основные тактико- технические действия 1) ОРУ, 2 2) основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4		Практическое занятие: «Специальные упражнения»	2	
технические действия 2) основные тактико-технические действия, 3) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» 2 Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4	Тема 4.2	Содержание учебного плана:		
3) игра по упрощенным правилам Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа: 4	Основные тактико-	1) OPY,	2	
Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия» Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа:	технические действия	2) основные тактико-технические действия,		
Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа:		3) игра по упрощенным правилам		
Контрольное тестирование: для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа:		Практическое занятие: «Основные тактико-технические лействия»	2	
для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое выполнение. Самостоятельная работа:				
выполнение. Самостоятельная работа:	*	и здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
Самостоятельная работа:	•	JF		
•			4	
	1. Темы для рефератов:			

١.٨	1		
а) Физическая культура: цели воспитания.	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
	удьбы и биографии лучших представителей)		
	ссии (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	азвития футбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	кого проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).			
· ·	эледующей защитой по теме: «История развития футбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся		
базового уровня).			
4. Ежедневная утренняя гимна	астика,		
общеразвивающие упражнени			
медленный бег (3-5 мин.).			
	: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 5. Функциональная подготовка к выполнению нормативов ГТО	20	
Тема 5.1.	Содержание учебного плана:		
Введение	1) ТБ при выполнении упражнений со своим весом и отягощениями,		
	2) способы развития силы и выносливости,	2	3
	3) комплексно – силовые упражнения (КСУ), круговая тренировка,		
	4) варьирование нагрузки		
	The same of the sa	2	
Тема 5.2.	Практическое занятие: «Способы развития силы и выносливости»		
_	Содержание учебного плана:	2	2
Комплексно-силовые	1) виды и назначение КСУ,	2	3
упражнения	2) изучение и совершенствование техники отдельных элементов КСУ,		
	3) подвижные игры		
	Практическое занятие: «Комплексно – силовые упражнения»	2	
Тема 5.3.	Содержание учебного плана:		
Круговая тренировка	1) техника выполнения упражнений круговой тренировки,	2	3
	2) выполнение полного комплекса круговой тренировки,		
	3) заминка, упражнения на расслабление		
	Практическое занятие: «Техника выполнения упражнений круговой тренировки	2	
Тема 5.4.	Содержание учебного плана:		
Совершенствование техники	1) ОФП – выполнение КСУ,	2	3
выполнения КСУ	2) подвижные игры,		3
BBIIIOIIII ICU	2) nodominate m.hm;	1	

	Практическое занятие: «Совершенствование техники выполнения КСУ»	2	
Тема 5.5.	Содержание учебного плана:		
Упражнения с собственным	1) ОФП,	2	3
весом	2) совершенствование техники отжиманий, подтягиваний,		
	2) подвижные игры		
	Практическое занятие: «Упражнения с собственным весом для развития силы»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленным	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:		10	
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.			
	удьбы и биографии лучших представителей)		
в) Возможность применения у	пражнений ОФП для людей с ослабленным здоровьем (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	ье и кросс-тренинг (для одарённых студентов)		
	незиотерапия (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	кого проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).			
3. Создание презентации с последующей защитой: «Принципы самостоятельного планирования силовых тренировок» (для учащихся			
базового уровня и одарённых			
4. Ежедневная утренняя гимна			
общеразвивающие упражнени	яя (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления будущей профес	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 6 Лыжная подготовка	8	
Тема 6.1	Содержание учебного плана:		
Вводное занятие	1) инструктаж по ТБ на занятиях по лыжной подготовке,		
	2) техника падений,	2	3
	3) техника одношажного, двушажного классического хода		
	Практическое занятие: «Техника одношажного, двушажного классического хода»	2	
Тема 6.2	Содержание учебного плана:		
Техника прохождения	1) ОФП,	2	3
пересеченной местности	2) повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте,		
	3) передвижение по пересечённой местности		

	Практическое занятие: «Техника прохождения пересеченной местности»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленным	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:		8	
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.			
	удьбы и биографии лучших представителей)		
	пыжники Камчатки (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	развития зимних видов спорта (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).			
	следующей защитой по теме: «Развитие лыжных видов спорта в мире, России, на Камчатке»,		
	, «Лыжные мази: история появления» (для учащихся базового уровня).		
4. Ежедневная утренняя гимн			
общеразвивающие упражнени	ия (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления будущей профес	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 7 Гимнастика	16	
Тема 7.1	Содержание учебного плана:	_	_
Вводное занятие.	1) инструктаж по ТБ на уроках по гимнастике,	2	3
Гимнастические стойки	2) ОФП,		
	3) гимнастические упражнения в парах, стойки		
	Практическое занятие: «Гимнастические упражнения в парах, стойки»	2	
Тема 7.2	Содержание учебного плана:	_	_
Вольные упражнения	1) OФП,	2	3
	2) стойка на руках,		
	3) кувырки,		
	4) упражнения на развитие гибкости		
	Практическое занятие: «Вольные упражнения»	2	
Тема 7.3	Содержание учебного плана:		_
Приемы самостраховки	1) падение вперед, падение назад,	2	3
	2) передняя страховка,		
	3) выполнение приёмов страховки через препятствие		
		l	1

	Практическое занятие: «Приемы самостраховки»	2	
	Практическое занятие: «Комбинация вольных упражнений»	2	
Тема 7.4	Содержание учебного плана:	_	_
Дифференцированный зачёт	1) ОФП,	2	3
	2) сдача спортивных нормативов		
	Практическое занятие: «Сдача спортивных нормативов»	2	
Контрольное тестирование:		8	
	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (су	удьбы и биографии лучших представителей)		
в) Оздоровительные виды гим	настики (для обучающихся с ослабленным здоровьем)		
г) Гимнастика на рабочем мес	те (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
д) История художественной ги	имнастики (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследовательс	кого проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).			
3. Создание презентации с пос	следующей защитой по теме: «История развития художественной и спортивной гимнастики в мире,		
России, на Камчатке» для учан	щихся базового уровня.		
4. Ежедневная утренняя гимна			
	ия (ОРУ), Тренировки по развитию групп мышц и координационных способностей. Упражнения на		
гибкость и подвижность суста	BOB.		
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
Максимальная учебная нагрузка	(всего) за 2 курс:	64/64	практ./с.р.
		128	всего

3 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий	Объем, ак. ч. / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Лёгкая атлетика		28	
Тема 1.1 Вводное занятие	Содержание учебного плана: 1) общий инструктаж по мерам безопасности на занятиях по физической культуре и на спортивных площадках, 2) ОРУ, тестирование физических качеств, 3) дистанции в лёгкой атлетике, старт, разгон, техника бега	2	3
	Практическое занятие: «Тестирование физических качеств по лёгкой атлетике»	2	
Тема 1.2 Кроссовая подготовка	Содержание учебного плана: 1) техника бега на средние дистанции. Циклический бег 1000-3000 м, 2) Бег по пересечённой местности, 3) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Циклический бег»	2	
Тема 1.3 Спринтерский бег	Содержание учебного плана: 1) бег 1000м, 2) Техника бега на короткие дистанции, старт, разгон, финиширование, 3) бег 100 м, 4) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Техника бега на короткие дистанции»	2	
Тема 1.4 Спринтерский бег	Содержание учебного плана: 1) бег 1000м, 2) техника бега на 30, 60 м, 3) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Техника бега на 30, 60м»	2	

Тема 1.5	Содержание учебного плана:		
Кроссовая подготовка	1) бег 3*1000м, ускорения 50 м на дистанции,	2	3
•	2) ΟΦΠ		
	Практическое занятие: «Бег 3*1000м, ускорения 50м на дистанции»	2	
Тема 1.6	Содержание учебного плана:		
Эстафетный бег	1) спринтерский бег 100м,	2	
	2) техника передачи эстафетной палочки, эстафетный бег 4 х 100м.,4 х 400 м		
	Практическое занятие: «Эстафетный бег»	2	
Тема 1.7	Содержание учебного плана:		
Метание	1) ber 1000 m,		
	2) техника метания гранаты,	2	
	3) метание гранаты с разбега: девушки – 500 гр., юноши – 700 г.,		
	4) ОФП		
	Практическое занятие: «Метание гранаты»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленни	ым здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одарённых студентов –		
практическое выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы			
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта			
	рубежные легкоатлеты (для учащихся с ослабленным здоровьем).		
	и развития лёгкой атлетики (для учащихся с ослабленным здоровьем).		
	ьского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с		
одарёнными способностямі			
	последующей защитой по теме: «Развитие лёгкой атлетики в мире, России, на Камчатке» (для		
учащихся базового уровня).			
4. Ежедневная утренняя гимнастика,			
общеразвивающие упражнения (ОРУ),			
медленный бег (3-5 мин.).			
	гие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
1 1	щей профессиональной деятельности студентов (для одарённых учащихся).		
Раздел 2. Волейбол		20	

Тема 2.1	Содержание учебного плана:		
Введение в волейбол	1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в волейбол,		
	2) правила игры, правила соревнований	2	3
	4) игра по упрощенным правилам волейбола,		
	5) исходное положение (стойки), перемещения волейболиста в нападении		
		2	
Тема 2.2	Практическое занятие: «Основные технические действия»	2	
	Содержание учебного плана:		
Техника стоек и приёма	1) техника стоек, перемещений волейболиста в защите,		2
мяча. Виды и техника	2) техника приёма мяча снизу двумя руками, одной,	2	3
подач	3) техника верхней прямой подачи: силовая, с планирующей траекторией полёта мяча,		
	4) техника нижней прямой подачи	2	
T. 22	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Тема 2.3	Содержание учебного материала:	2	
Техника верхней прямой	1) ОФП		
подачи, прямого	2) техника верхней прямой подачи,		
нападающего удара	3) техника прямого нападающего удара,		
	4) техника нападающего удара тихого, после имитации сильного		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Тема 2.4	Содержание учебного материала:	2	
Передача и приём мяча	1) ОФП		
	2) техника приема мяча сверху, техника приема мяча снизу,		
	3) передача и приём мяча снизу		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	_
Тема 2.5	Содержание учебного материала:	2	3
Передача мяча через	5) ОФП		
сетку	6) передача мяча через сетку снизу,		
	7) передача мяча через сетку сверху,		
	8) нижняя прямая подача		
	Практическое занятие: «Игра по упрощённым правилам»	2	
Контрольное тестирование:			
•	м здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов –		
практическое выполнение.		10	
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			

	и и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы		
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)			
в) Ведущие российские и зарубежные волейболисты (для учащихся с ослабленным здоровьем)			
	развития волейбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с		
одарёнными способностями).			
	оследующей защитой: «История развития волейбола в мире, России, на Камчатке» (для		
учащихся базового уровня).			
4.Ежедневная утренняя гимн			
общеразвивающие упражнен	ия (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
Учебно-методическое заняти	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
	ей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
Раздел 3. Баскетбол		20	
Тема 3.1.	Содержание учебного плана:		
Вводное занятие.	1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол,		
Стойки. Передвижения.	2) правила игры, соревнований,	2	3
Ведение мяча	3) стойки, передвижения, ведение мяча, ередвижение в защитной стойке		
	Практическое занятие: «Основные технические действия»	2	
Тема 3.2.	Содержание учебного плана:		
Передача и ловля мяча.	1) бросок двумя руками с места,		
Броски	2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,	2	3
P	3) ловля и передача меча в движении во встречном движении		
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.3	Содержание учебного материала:		
Передвижение в	1) бросок двумя руками с места,		
защитной стойке вперед и	2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,	2	3
назад	3) ловля и передача меча в движении во встречном движении,		
	4) передвижение без мяча в защитной стойке		
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.4	Содержание учебного материала:	2	3
Броски мяча	1) OΦΠ,		
	2) бросок двумя руками с места, бросок двумя руками в движении,		
	3) бросок одной рукой в движении,		
	4) бросок мяча двумя руками с изменением направления движения		
	1) operation in Applied placement of instrument instrumental Applied in Applied in the Applied Parketine		

	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.5	Содержание учебного материала:	2	3
Передача и ловля мяча	1) ОФП,		
	2) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,		
	3) ловля и передача мяча в движении,		
	4) ловля и передача мяча во встречном движении		
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленным	м здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одарённых студентов –		
практическое выполнение.		10	
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
	и и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы		
физического воспитания.			
	судьбы и биографии лучших представителей)		
	убежные баскетболисты (судьбы и биографии лучших представителей)		
	развития баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа		
жизни» (для учащихся с одар			
	оследующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для		
учащихся базового уровня и	• •		
4. Ежедневная утренняя гим			
общеразвивающие упражнен	ния (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
	ие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной		
•	вления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).	10	
Раздел 4. Футбол		12	
Тема 4.1	Содержание учебного плана:		
Введение	1) ТБ на занятиях, правила игры,	2	
	2) специальные упражнения		
	Практическое занятие: «Специальные упражнения»	2	
Тема 4.2	Содержание учебного плана:		
Основные тактико-	4) OPY,	2	
технические действия	5) основные тактико-технические действия,		
	6) игра по упрощенным правилам		
-			

	Практическое занятие: «Основные тактико-технические действия»	2	
Тема 4.3	Содержание учебного плана:		
Основные тактико-	1) совершенствование техники специальных упражнений,	2	
технические действия	2) совершенствование ТТД,		
	3) игра по упрощенным правилам		
	Практическое занятие: «Совершенствование техники специальных упражнений»	2	
Контрольное тестирование:			
для учащихся с ослабленнь	ым здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов –		
практическое выполнение.			
Самостоятельная работа:		6	
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цел	пи и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы		
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта	(судьбы и биографии лучших представителей)		
	России (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
г) История возникновения и	и развития футбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследовател	ъского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с		
одарёнными способностями	и).		
	последующей защитой по теме: «История развития футбола в мире, России, на Камчатке» (для		
учащихся базового уровня).			
4. Ежедневная утренняя гим			
общеразвивающие упражне	ения (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
	тие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
с учётом направления будуг	цей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	подготовка к выполнению нормативов ГТО	28	
Тема 5.1.	Содержание учебного плана:		
Введение	1) ТБ при выполнении упражнений со своим весом и отягощениями,		
	2) способы развития силы и выносливости,	2	3
	3) комплексно – силовые упражнения (КСУ), круговая тренировка,		
	4) варьирование нагрузки		
	Практическое занятие: «Способы развития силы и выносливости»	2	

Тема 5.2.	C		
Гема 5.2. Комплексно-силовые	Содержание учебного плана: 1) виды и назначение КСУ,	2.	3
	2) изучение и совершенствование техники отдельных элементов КСУ,	2	3
упражнения	3) подвижные игры		
	<u> </u>		
	Практическое занятие: «Комплексно – силовые упражнения»	2	
Тема 5.3.	Содержание учебного плана:		
Круговая тренировка	1) техника выполнения упражнений круговой тренировки,	2	3
	2) выполнение полного комплекса круговой тренировки,		
	3) заминка, упражнения на расслабление		
	Практическое занятие: «Техника выполнения упражнений круговой тренировки	2	
Тема 5.4.	Содержание учебного плана:		
Совершенствование	1) ОФП – выполнение КСУ,	2	3
техники выполнения КСУ	2) подвижные игры,		
	Практическое занятие: «Совершенствование техники выполнения КСУ»	2	
Тема 5.5.	Содержание учебного плана:		
Упражнения с собственным	1) ОФП,	2	3
весом	2) совершенствование техники отжиманий, подтягиваний,		
	2) подвижные игры		
	Практическое занятие: «Упражнения с собственным весом для развития силы»	2	
Тема 5.6.	Содержание учебного плана:		
Упражнения для развития	1) техника выполнения упражнений на тренажерах и со свободными весами	2	
силы	Практическое занятие: «Упражнения для развития силы»	2	
Тема 5.7.	Содержание учебного плана:		
Упражнения для развития	1) техника упражнений для развития гибкости,	2	
гибкости	2) техника упражнений для развития гибкости в парах		
(Стретчинг)	Практическое занятие: «Упражнения для развития гибкости»	2	
Контрольное тестирование:			
1	и здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов –		
практическое выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы			
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (с	удьбы и биографии лучших представителей)		

в) Возможность применения	упражнений ОФП для людей с ослабленным здоровьем (для учащихся с ослабленным		
здоровьем)			
г) Функциональное многоборье и кросс-тренинг (для одарённых студентов)			
д) Лечебная физкультура. Ки	незиотерапия (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследователь	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с		
одарёнными способностями)	.		
	оследующей защитой: «Принципы самостоятельного планирования силовых тренировок»		
(для учащихся базового уров			
4. Ежедневная утренняя гимн			
общеразвивающие упражнен	ия (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
Учебно-методическое заняти	не: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
с учётом направления будущ	ей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 6 Лыжная подготовка	16	
Тема 6.1	Содержание учебного плана:		
Вводное занятие	1) инструктаж по ТБ на занятиях по лыжной подготовке,		
	2) техника падений,	2	3
	3) техника одношажного, двушажного классического хода		
	Практическое занятие: «Техника одношажного, двушажного классического хода»	2	
Тема 6.2	Содержание учебного плана:		
Виды лыжных ходов	1) ОФП,	2	3
	2) одновременные ход и попеременные лыжные ходы,		
	3) полуконьковый и коньковый ход		
	Практическое занятие: «Виды лыжных ходов»	2	
Тема 6.3	Содержание учебного плана:		
Техника прохождения	1) ΟΦΠ,	2	3
пересеченной местности	2) повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном		
	спорте,		
	3) передвижение по пересечённой местности		
	Практическое занятие: «Техника прохождения пересеченной местности»	2	
Тема 6.4	Содержание учебного плана:		
Выполнение контрольных	1) ΟΦΠ,	2	3
нормативов	2) прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши),		
	Практическое занятие: «Выполнение контрольных нормативов»	2	
Контрольное тестирование:			

	м здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов –		
практическое выполнение.			
Самостоятельная работа:		8	
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы			
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)			
в) Выдающиеся спортсмены	-лыжники Камчатки (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
г) История возникновения и	развития зимних видов спорта (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследователь	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с		
одарёнными способностями)).		
3. Создание презентации с по	оследующей защитой по теме: «Развитие лыжных видов спорта в мире, России, на		
Камчатке», «Трибология лых	жных гонок», «Лыжные мази: история появления» (для учащихся базового уровня).		
4. Ежедневная утренняя гимп	настика,		
общеразвивающие упражнен	ия (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
Учебно-методическое заняти	ие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
с учётом направления будуш	ей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 7 Гимнастика	20	
Тема 7.1	Содержание учебного плана:		
Вводное занятие.	1) инструктаж по ТБ на уроках по гимнастике,	2	3
Гимнастические стойки	2) ОФП,		
	3) гимнастические упражнения в парах, стойки		
	Практическое занятие: «Гимнастические упражнения в парах, стойки»	2	
Тема 7.2	Содержание учебного плана:		
Вольные упражнения	1) ΟΦΠ,	2	3
	2) стойка на руках,		
	3) кувырки,		
	4) упражнения на развитие гибкости		
	Практическое занятие: «Вольные упражнения»	2	
Тема 7.3	Содержание учебного плана:		
Приемы самостраховки	1) падение вперед, падение назад,	2	3
	2) передняя страховка,		
	3) выполнение приёмов страховки через препятствие		
	Практическое занятие: «Приемы самостраховки»	2	
<u> </u>	1 1		

Тема 7.4	Содержание		
Гимнастические	1) ОФП,	2	3
упражнения на снарядах, с	2) произвольная комбинация упражнений, разученных ранее (не менее 8 элементов),		
отягощениями	3) прыжки на скакалке 30 сек., 1 мин., зачет		
	Практическое занятие: «Комбинация вольных упражнений»	2	
Тема 7.5	Содержание учебного плана:		
Дифференцированный	$1) O\Phi\Pi$,	2	3
зачёт	2) сдача спортивных нормативов		
	Практическое занятие: «Сдача спортивных нормативов»	2	
Контрольное тестирование:		10	
для учащихся с ослабленным	и здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов –		
практическое выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы		
физического воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)			
в) Оздоровительные виды ги	мнастики (для обучающихся с ослабленным здоровьем)		
г) Гимнастика на рабочем месте (для учащихся с ослабленным здоровьем)			
д) История художественной гимнастики (для учащихся с ослабленным здоровьем)			
2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с			
одарёнными способностями)			
	оследующей защитой по теме: «История развития художественной и спортивной гимнастики		
	э для учащихся базового уровня.		
4. Ежедневная утренняя гимн			
	ия (ОРУ), Тренировки по развитию групп мышц и координационных способностей.		
Упражнения на гибкость и по	одвижность суставов.		
медленный бег (3-5 мин.).			
У чеоно-методическое заняти	Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики		
	ей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		,
Максимальная учебная нагрузка	а (всего) за 3 курс:	72/72	практ./с.р.
		144	всего

<u>4 КУРС</u>

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объём часов	Уровень освоения
	Раздел 1Лёгкая атлетика	24	
Тема 1.1 Вводное занятие	Содержание учебного материала: 1) общий инструктаж по мерам безопасности на занятиях по физической культуре на спортивных площадках, 2) ОРУ, тестирование физических качеств, 3) дистанции в лёгкой атлетике, старт, разгон, техника бега	2	3
	Практическое занятие: «Тестирование физических качеств по лёгкой атлетике»	2	
Тема 1.2 Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала: 1) техника бега на средние дистанции, циклический бег 1000 - 3000 м, 2) бег по пересеченной местности, 3) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Циклический бег»	2	
Тема 1.3 Спринтерский бег	Содержание учебного материала: 1) бег 1000м, ОФП 2) техника бега на короткие дистанции: старт, разгон, финиширование, 3) бег 100 м	2	3
	Практическое занятие: «Бег на средние дистанции»	2	
Тема 1.4 Спринтерский бег	Содержание учебного материала: 1) бег 1000м, ОФП 2) техника бега на 30, 60 м	2	3
	Практическое занятие: «Техника бега на короткие дистанции»	2	
Тема 1.5 Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала: 1) бег 3*1000м, ускорения 50 м на дистанции, 2) ОФП	2	3
	Практическое занятие: «Бег 3*1000м, ускорения 50м на дистанции»	2	

Тема 1.6	Содержание учебного материала:	2	3
Метание гранаты с места.	1) ОФП, бег 1000м,		3
Метание гранаты с разбега	2) изучение техники метания гранаты с места, с разбега		
	3) метание гранаты с разбега: девушки – 500 гр., юноши – 700 гр.		
	Практическое занятие: «Метание гранаты»	2	
Контрольное тестирование:	1 1	12	
	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.			
	удьбы и биографии лучших представителей.		
	убежные легкоатлеты (для обучающихся с ослабленным здоровьем).		
	развития лёгкой атлетики (для обучающихся с ослабленным здоровьем).		
	жого проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для обучающихся с		
одарёнными способностями).			
3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие лёгкой атлетики в мире, России, на Камчатке» (для учащихся			
базового уровня).			
4. Ежедневная утренняя гимнастика,			
общеразвивающие упражнения (ОРУ),			
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления оудущей профес	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся). Раздел 2 Баскетбол	20	
Тема 2.1	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	20	
Техника безопасности.	Содержание учебного материала:		
	1) техника безопасности на занятиях в спортивном зале и во время игры в баскетбол,	2	2
Стойки и передвижения повороты без мяча	2) правила игры, соревнований,	2	3
повороты оез мяча	3) стойки, передвижения, ведение мяча, передвижение в защитной стойке	2	
Тема 2.2	Практическое занятие: «Основные технические действия» Содержание учебного материала:		
	1) передача и ловля мяча на месте по прямой линии,		
Передача и ловля мяча Броски.	2) ловля и передача мяча двумя руками (одной рукой) в движении,	2	2
Броски.	2) ловля и передача мяча двумя руками (однои рукои) в движении, 3) ловля и передача мяча во встречном движении		3
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 2.3	Практическое занятие. «Игра по упрощенным правилам» Содержание учебного материала:	<u> </u>	
1 CMa 2.3	Содержание учество материала.	1	

Передвижение в защитной	1) бросок двумя руками с места,		
стойке вперед и назад	2) ловля и передача мяча двумя руками на месте,	2	3
стопке вперед и пазад	3) ловля и передача мяча в движении, во встречном движении,		
	4) передвижение без мяча в защитной стойке		
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 2.4	Содержание учебного материала:	2	3
Ведение мяча.	1) ведение мяча на месте, в движении,, с изменением направления,	2	3
Взаимодействие двух	2) имитация броска, выполнение движения без мяча,		
игроков	3) взаимодействие двух игроков в движении		
ит роков	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 2.5	Практическое занятие. «Игра по упрощенным правилам» Содержание учебного материала:	2	3
	1) ОФП,	2	3
Нападение быстрым			
прорывом	2) нападение двух игроков быстрым прорывом,		
	3) нападение трёх игроков быстрым прорывом	2	
TC	Практическое занятие: «Учебно-тренировочная игра по правилам»	2	
Контрольное тестирование:		10	
	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одарённых студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического			
воспитания.	~ ~ 1		
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)			
в) Ведущие российские и зарубежные баскетболисты (судьбы и биографии лучших представителей)			
	развития баскетбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
	ского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа		
жизни» (для учащихся с одар			
3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие баскетбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся			
базового уровня и одаренных студентов).			
4. Ежедневная утренняя гимнастика,			
общеразвивающие упражнения (ОРУ),			
медленный бег (3-5 мин.).			
Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом			
направления будущей профес	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
	Раздел 3 Волейбол	20	

Тема 3.1	Содержание учебного материала:		
Введение в волейбол	1) инструктаж по ТБ на уроках по волейболу, правила игры, правила соревнований,		
Введение в веленосл	2) игра по упрощенным правилам волейбола,	2	3
	3) исходное положение (стойки), перемещения волейболиста в нападении	2	3
	Практическое занятие: «Основные технические действия»	2	
Тема 3.2	Содержание учебного материала:		
Техника стоек и приёма	1) техника стоек, перемещений волейболиста в защите,		
мяча. Виды и техника подач	2) техника приёма мяча снизу двумя руками (одной рукой),	2	3
ти на виды и техника пода г	3) техника(нижней), верхней прямой подачи: силовая, с планирующей траекторией полета мяча	2	3
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.3	Содержание учебного материала:	2	3
Техника верхней прямой	1) техника верхней прямой подачи,		
подачи, прямого	2) техника прямого нападающего удара,		
нападающего удара.	3) техника нападающего, удара тихого, после имитации сильного		
Техника блокирования	4) техника одиночного, группового блокирования	_	
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.4	Содержание учебного материала:	2	3
Передача и приём мяча	1) техника приёма мяча сверху, техника приёма мяча снизу,		
через сетку	2) передача мяча через сетку снизу, передача мяча через сетку сверху,		
	3) нижняя прямая подача		
	Практическое занятие: «Игра по упрощенным правилам»	2	
Тема 3.5	Содержание учебного материала:	2	3
Учебная тренировочная игра	1) ΟΦΠ		
	2) тренировочная игра		
	3) игра по правилам		
	Практическое занятие: «Учебная тренировочная игра»	2	
Контрольное тестирование:		10	
для учащихся с ослабленным	здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.			
Самостоятельная работа:			
1. Темы для рефератов:			
а) Физическая культура: цели	и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.			
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)			
	бежные волейболисты (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
г) История возникновения и ра	азвития волейбола (для учащихся с ослабленным здоровьем)		

		-	
	кого проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).			
	следующей защитой: «История развития волейбола в мире, России, на Камчатке» (для учащихся		
базового уровня).			
4.Ежедневная утренняя гимна			
общеразвивающие упражнени	я (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).			
	е: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления будущей профес	сиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся)		
	Раздел 4 Функциональная подготовка к выполнению нормативов ГТО	20	
Тема 4.1	Содержание учебного материала:		
Введение	1) ТБ при выполнении упражнений со своим весом и отягощениями,		
	2) способы развития силы и выносливости,	2	3
	3) комплексно – силовые упражнения (КСУ), круговая тренировка,		
	4) варьирование нагрузки		
	Практическое занятие: «Способы развития силы и выносливости»	2	
Тема 4.2	Содержание учебного плана:		
Комплексно-силовые	1) виды и назначение КСУ, ОФП-выполнение КСУ	2	3
упражнения	2) изучение и совершенствование техники отдельных элементов КСУ,		
	3) выполнение КСУ,		
	4) подвижные игры		
	Практическое занятие: «Комплексно – силовые упражнения»	2	
Тема 4.3	Содержание учебного плана:		
Круговая тренировка	1) техника выполнения упражнений круговой тренировки,	2	3
	2) выполнение полного комплекса круговой тренировки,		
	3) заминка, упражнения на расслабление		
	Практическое занятие: «Техника выполнения упражнений круговой тренировки	2	
Тема 4.4	Содержание учебного плана:		3
Комплексная силовая	1) ОФП – выполнение КСУ,	2	
подготовка	2) стретчинг, значение для восстановления		
	Практическое занятие: «Комплексная силовая подготовка»	2	
Тема 4.5	Содержание учебного плана:		
Дифференцированный зачёт	1) ОФП, подтягивание на высокой и низкой перекладине	2	3
	2) упражнения на брусьях,		
	3) упражнения с отягощениями		
	Практическое занятие: «Сдача спортивных нормативов»	2	
	трикти теское запитне. «Ода на епортивных порящинови		

Контрольное тестирование:	10	
для учащихся с ослабленным здоровьем – письменный тест, для учащихся базового уровня и одаренных студентов – практическое		
выполнение.		
Самостоятельная работа:		
1. Темы для рефератов:		
а) Физическая культура: цели и задачи физического воспитания, принципы, основы и основные направления системы физического		
воспитания.		
б) Звёзды мирового спорта (судьбы и биографии лучших представителей)		
в) Выдающиеся спортсмены-лыжники Камчатки (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
г) История возникновения и развития зимних видов спорта (для учащихся с ослабленным здоровьем)		
2. Подготовка исследовательского проекта: «Комплексно-целевая программа здорового образа жизни» (для учащихся с одарёнными		
способностями).		
3. Создание презентации с последующей защитой по теме: «Развитие лыжных видов спорта в мире, России, на Камчатке»,		
«Трибология лыжных гонок», «Лыжные мази: история появления» (для учащихся базового уровня).		
4. Ежедневная утренняя гимнастика,		
общеразвивающие упражнения (ОРУ),		
медленный бег (3-5 мин.).		
Учебно-методическое занятие: составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учётом		
направления будущей профессиональной деятельности студентов (для одаренных учащихся).		
Максимальная учебная нагрузка(всего) за 4 курс:	42/42	практ./с.р.
	84	всего

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины требует наличия универсального спортивного зала, зала аэробики или тренажёрного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Спортивное оборудование:

- баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон,
- оборудование для силовых упражнений (например: гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений);
- оборудование для занятий аэробикой (степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики).
- гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания;
- оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

Для занятий лыжным спортом:

- лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками;
- учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности;
 - лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).

Технические средства обучения:

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;
 - электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

3.2. Учебно-методическое обеспечение

3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания

1. Бишаева А. А. Физическая культура. Москва Издательский центр «Академия» 2018 г.

3.2.2. Дополнительные источники

- 1. Бартош О.В. Сила и основы методики ее воспитания: Методические рекомендации. Владивосток: Изд-во МГУ им. адм. Г.И. Невельского, 2019. 47 с.
- 2. Егоров В.Ю. Спортивные и подвижные игры: учебное пособие Санкт-Петербург ВИФК 2020г.

- 3. Егоров В.Ю. Спортивные и подвижные игры: учебник Санкт-Петербург ВИФК 2019г.
- 4. Холодов И.П. Ускоренное передвижение и лёгкая атлетика: учебник Санкт-Петербург МО РФ ВИФК 2018г.

3.2.3. Интернет-ресурсы

- 1. <u>www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта РФ</u>
- 2. <u>www.olympic.ru</u> (Официальный сайт Олимпийского комитета России).
- 3. www.goup32441.narod.ru (сайт : Учебно-методические пособия Общевойсковая подготовка "Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения: 1) использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижениях жизненных и профессиональных целей Усвоенные знания: 1) о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, 2) об основах здорового образа жизни. Сформированные общие компетенции: 1) принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность (ОК 2), 2) принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность (ОК 3), 3) работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством,потребителями (ОК 6).	Практические работы, домашние задания, контрольные работы, тестирование, выполнение индивидуальных заданий для обучающихся с ослабленным здоровьем и с одаренными способностями, экспертная оценка выполненных рефератов; - тестирование по теоретическому материалу; - контрольные задания для определения и оценки уровня физической подготовленности - зачет - создание презентаций; - исследовательский проект.

Приложение 1

Примерные требования к двигательной подготовленности студентов 2 - 4 курса КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум»

2 - 4 курса КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум»							
Упражнения			Оц	ценка			
		Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3	
Бег на 30 м, с	4,8	5,2		5,2	5,8		
Бег на 100 м, с	14,5	15,0		16,5	17,4		
Челночный бег 3 x 10 м, с	7,7	8,2		8,6	9,3		
Челночный бег 10 x 10 м, с	28,0	31,0		33,0	36,5		
Шестиминутный бег, м	1400	1200		1200	1000		
Бег на 2000 м, мин, с	_	_	Задание вы-	10.10	12.00	Задание	
Бег на 3000 м, мин, с	14.00	15.30	полнено с результатом		Без учета времени	выполнено с	
Бег на 5000 м		Без учета времени	ниже 4			результато	
Прыжок в длину с места, см	220	210	баллов	180	160	- м ниже 4 баллов	
Прыжок в длину с разбега, см	430	380		355	285		
Прыжок в высоту с разбега, см	125	115		115	100		
Метание гранаты 500 г, м	_	_		17	12		
Метание гранаты 700 г, м	28	24		_	_		
Лазанье по канату, м, см	5,40	3,70		_	_		
Лазанье по канату без помо-	3,50	2,20	1				
Подтягивание в висе, кол-во раз	11	7	-				
Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз				22	16		
Бег на лыжах на 3 км, мин, с	_	_		19.00	20.30		
Бег на лыжах на 5 км, мин,	27.00	30.00			Без учета времени	_	
Бег на лыжах на 10 км		Без учета времени					
Кросс на 2000 м, мин, с	_	_		11.00	12.50		
Кросс на 3000 м, мин, с	15.30	17.00			Без учета времени	-	

Приложение 2 Оценка уровня физической подготовленности юношей основного и подготовительного учебного отделения

Тесты		Оценка в баллах			
	5	4	3		
1.Бег 3 000 м (мин, с)	12,30	14,00	б/вр		
2. Бег на лыжах 5 км (мин, с)	25,50	27,20	б/вр		
3. Плавание 50 м (мин, с)	45,00	52,00	б/вр		
4. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	10	8	5		
5. Прыжок в длину с места (см)	230	210	190		
6. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5		
7. Силовой тест — подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8		
8. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7		
9. Координационный тест — челночный бег 3х10 м (с)	7,3	8,0	8,3		
10. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3		
11. Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики; -производственной гимнастики;	До 9	До 8	До 7,5		
- релаксационной гимнастики (из 10 баллов)					

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются преподавателями с учётом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.

Приложение 3 Оценка уровня физической подготовленности девушек основного и подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценка в баллах			
	5	4	3	
1.Бег 2 000 м (мин, с)	11,00	13,00	б/вр.	
2. Бег на лыжах 3 км (мин, с)	19,00	21,00	б/вр.	
3. Плавание 50 м (мин, с)	1,00	1,20	б/вр.	
4. Прыжки в длину с места (см)	190	175	160	
5. Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)	8	6	4	
6. Силовой тест — подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5	

Тесты	Оценка в баллах			
	5	4	3	
7. Координационный тест — челночный бег 3х10 м (с)	8,4	9,3	9,7	
8. Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	10,5	6,5	5,0	
9. Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики; -производственной гимнастики; - релаксационной гимнастики (из 10 баллов)		До 8	До 7,5	

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются преподавателями физической культуры учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.