

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
КОГПОАУ «САВАЛЬСКИЙ ПОЛИТЕХНИКУМ»**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора техникума по
учебной работе

_____/Н.А.Хромцева/
«_____» _____ 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности

44.02.01 Дошкольное образование

2025 г.

Программа учебной дисциплины разработана на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 августа 2022 года № 743) и примерной рабочей программой учебной дисциплины «Физическая культура», разработанной ФГБОУ ДПО ИРПО протокол №19 от 23 июля 2024.

Организация - разработчик: КОГПОАУ «Савальский политехникум».
Разработчик: Сиялов В.В.- преподаватель

Рассмотрено и одобрено П(Ц)К общеобразовательным
и гуманитарным дисциплинам

Протокол № _____ от «____» _____ 2025 г.

Председатель комиссии: _____ Л.В.Желонкина

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ....	5
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	15

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

1.1. Область применения рабочей программы:

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) - программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04; ОК 08.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является – овладение средствами физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); - средства профилактики перенапряжения

- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

Выпускник должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Личностные результаты реализации программы воспитания

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	186
в том числе:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	174
Самостоятельная работа	6
Промежуточная аттестация проводится в форме зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов очно	Объем часов заочно	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ		4	2	
Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Содержание учебного материала	2		ЛР 9 ОК 04 ОК 08
	Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»			
	В том числе практических занятий	-	2	
	Самостоятельная работа обучающихся*			
Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Содержание учебного материала	2		ЛР 9 ОК 04 ОК 08
	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля			
	В том числе практических занятий	-		
	Самостоятельная работа обучающихся*			
Практические основы формирования физической культуры личности.		174	174	
Раздел 2. Легкая атлетика		46	46	
Тема 2.1.	Содержание учебного материала			

Совершенствовани е техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	В том числе практических занятий	18		ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие. Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения			
	Самостоятельная работа обучающихся*		18	
Тема 2.2. Совершенствован ие техники длительного бега	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	12		
	Практическое занятие. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции			
	Самостоятельная работа обучающихся*		12	
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Содержание учебного материала:			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	8		
	Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП			
	Самостоятельная работа обучающихся*		8	
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	6		
	Практическое занятие. Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега			
	Самостоятельная работа обучающихся*		6	
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	2		
	Практическое занятие. Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю); прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Раздел 3. Волейбол		52	52	
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	6		
	Практическое занятие. Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП			
	Самостоятельная работа обучающихся*		6	

Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	12		
	Практическое занятие. Выполнение комплекса упражнений по ОФП			
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	8		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног			
	Самостоятельная работа обучающихся*		20	
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	8		
	Практическое занятие. Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару			
	Самостоятельная работа обучающихся*		8	
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	10		
	Практическое занятие. Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча			
	Самостоятельная работа обучающихся*		10	
Тема 3.6. Основы методики судейства	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Отработка навыков судейства в волейболе			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Выполнение передачи мяча в парах			
	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам волейбола			
	Практическое занятие. Игра по правилам			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Раздел 4. Баскетбол		20	20	
Тема 4.1.	Содержание учебного материала			
	В том числе практических занятий	2		

Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног			ОК 04 ОК 08
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Тема 4.2. Передачи мяча. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 4.3. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Игра по упрощенным правилам баскетбола			
	Практическое занятие. Игра по правилам			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе	Содержание учебного материала			ОК 04
	В том числе практических занятий			
	Практическое занятие. Практика в судействе соревнований по баскетболу	2		

	Практическое занятие. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»			ОК 08
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Раздел 5. Гимнастика		10	10	
Тема 5.1. Строевые приемы	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	2		
	Практическое занятие. Отработка строевых приёмов			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	2		
	Практическое занятие. Отработка техники акробатических упражнений			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Тема 5.3. (одна из двух тем) Упражнения на брусках (юноши). Гиревой спорт	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные упражнения, соскоки. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера, комплексы упражнений с гантелями, гири. Разучивание и выполнение связок на снаряде. ППФП			
	В том числе практических занятий			
	Практическое занятие. Разучивание и выполнение упражнений с гири			
	Самостоятельная работа обучающихся*			
Тема 5.3. (одна из двух тем) Упражнения на бревне (девушки). ППФП	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	Бревно: наскок, ходьба, полушпагат, уголок, равновесие, повороты, соскок			
	В том числе практических занятий	2		
	Практическое занятие. Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (по курсам)			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Тема 5.4.	Содержание учебного материала			

Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих упражнений; основные положения рук, ног, проведение с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Выполнение комплекса ОРУ			
	Практическое занятие. Контроль выполнения комплексов ОРУ.			
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки.			
	Практическое занятие. Контроль комбинации на бревне, брусьях.			
	Практическое занятие. Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ППФП			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Раздел 6. Бадминтон		12	12	ОК 04 ОК 08
Тема.6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Содержание учебного материала			
	В том числе практических занятий	2		
	Практическое занятие. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Тема 6.2. Подачи	Содержание учебного материала			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Отработка подач			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 6.3. Нападающий удар	Содержание учебного материала:			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4		
	Практическое занятие. Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Тема 6.4.	Содержание учебного материала			
	В том числе практических занятий	2		

Судейство соревнований по бадминтону	Практическое занятие. Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону			ОК 04 ОК 08
	Практическое занятие. Контроль техники подач, ударов справа, слева			
	Практическое занятие. Контроль техники игры: одиночные, парные игры			
	Практическое занятие. Игра по правилам			
	Самостоятельная работа обучающихся*		2	
Раздел 7. Настольный теннис		18	18	ОК 04 ОК 08
Тема 7.1. Настольный теннис	Содержание учебного материала			
	В том числе практических занятий	18		
	Практическое занятие. Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра			
	Самостоятельная работа обучающихся*		18	
Раздел 8. Лыжная подготовка¹		14	14	ОК 04 ОК 08
Тема 8.1. Лыжная подготовка (для южных районов кроссовая подготовка)	Содержание учебного материала			
	В том числе практических занятий	8		
	Практическое занятие. Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке			
	Практическое занятие. Имитационные упражнения для рук и ног с помощью амортизаторов			
	Практическое занятие. Подъемы и спуски: техника подъемов и спусков			
	Практическое занятие. Первая помощь при травмах и обморожениях			
	Самостоятельная работа обучающихся*	6	14	
Раздел 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)		8	8	ОК 04 ОК 08
Тема.9.1.	Содержание учебного материала			

¹ При отсутствии должных условий (малоснежные регионы и др.) допускается перераспределение часов между иными разделами программы

Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП обучающихся с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Задания с профессиональной направленностью для 1-4 групп труда. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП.			ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	8	4	
	Практическое занятие. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда.			
	Практическое занятие. Формирование профессионально значимых физических качеств			
	Практическое занятие. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста			
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов			
	Практическое занятие. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп			
	Самостоятельная работа обучающихся*		4	
Раздел 10. Промежуточная аттестация: Зачет		2	2	
Всего:		186	186	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

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

Спортивный зал, оснащенный оборудованием: 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 (например, 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 профессиональноприкладной физической подготовке. 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.); техническими средствами 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. Информационное обеспечение реализации программы.

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

3.2.1. Печатные издания.

- 1 В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий. Учебник Физическая культура. Кнорус. Москва. 2017г.
2. Бишаева А.А. Учебник Физическая культура Начальное и среднее профессиональное образование. Москва, «Академия» 2016г.
3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: Учеб- ник. Пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2016

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

Текущий контроль успеваемости проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий (устный опрос, тестирование и т.д.). Итогом по учебной дисциплине является оценка, полученная на зачете, который проводится в промежуточную аттестацию. Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости по учебной дисциплине разрабатываются образовательным учреждением и доводятся до сведения обучающихся в течение первых двух месяцев от начала обучения. Для промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости образовательными учреждениями создаются фонды оценочных средств, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, приобретаемые ОК)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:		
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	- демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх; - владеет техниками выполнения двигательных действий; - выполняет тактико-технические действия в игре; - выполняет требуемые элементы	<i>Формы контроля:</i> - экспертная оценка результата самостоятельной подготовки студента фрагмента занятия; - экспертная оценка (педагогическое наблюдение); - практическое тестирование; - текущий, итоговый контроль; - результат выступления в соревновательной деятельности. <i>Методы контроля:</i> - оценка выполнения практических заданий: - выполнение индивидуальных заданий: -зачет
Знания:		

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); - средства профилактики перенапряжения - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	- демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека; - владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний - знает правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	<i>Формы контроля:</i> - устный, письменный опрос; - фронтальная беседа; - тестирование; - реферат. <i>Методы контроля:</i> - система оценивания методом опроса, тестирования или оценка реферата.
Общие компетенции:		
ОК 4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; <i>Умения:</i> организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности. <i>Знания:</i> психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности.	- выполнить программу по учебной дисциплине; - выполнить практические двигательные задания на предмет уровня развития специальных (важных для профессии) физических качеств. - выполнить практические задания (тесты) на предмет уровня развития физических качеств, приобретенных умений и навыков по разделам программы учебной дисциплины. - выполнить практические задания (тесты) на предмет уровня развития физических качеств, приобретенных умений и навыков по разделам	<i>Формы контроля:</i> - экспертная оценка (педагогическое наблюдение); - результат выступления в соревновательной деятельности. <i>Методы контроля:</i> - зачет.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	- использует средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	<i>Формы контроля:</i> - экспертная оценка (педагогическое наблюдение); - результат выступления в соревновательной деятельности. <i>Методы контроля:</i> - зачет.
ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	- использует средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	Педагогическое наблюдение