

**АНО ПО «Воронежский колледж «Номос»**

«Утверждено»

Директор \_\_\_\_\_

П.В. Колесникова

01 марта 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Физическая культура»**

Специальность среднего  
профессионального образования  
54.02.01 «Дизайн (по отраслям)»

Форма обучения очная

2023 год

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 54.02.01 «Дизайн (по отраслям)».

Авторы-составители программы: к. пед. н., доц. Беланов А. Э., Чернышев В. А.

Программа рассмотрена цикловой учебно-методической комиссией по общему гуманитарному и социально-экономическому учебному циклу специальности 54.02.01 «Дизайн (по отраслям)», протокол № 1 от «01» марта 2023 г.

**Содержание****1. Паспорт программы дисциплины:**

- 1.1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена ..... 4
- 1.2. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины ..... 4
- 1.3. Количество часов на освоение программы дисциплины ..... 4

**2. Структура и содержание дисциплины**

- 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы ..... 4
- 2.2. Тематический план и содержание дисциплины ..... 5

**3. Условия реализации программы дисциплины**

- 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению ..... 13
- 3.2. Информационное обеспечение обучения ..... 13

**4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины ..... 13**

## 1. Паспорт программы дисциплины «Физическая культура»

### 1.1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу (СГ.04), освоение которой обеспечивается в рамках реализации программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 54.02.01 «Дизайн (по отраслям)».

### 1.2. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания, а также, формируются общие и(или) профессиональные компетенции и личностные результаты

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК2-4, ОК6, ОК8-9 ЛР1-2, ЛР7, ЛР9-10, ЛР12, ЛР16	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять физические упражнения в профессиональной деятельности для релаксации и саморегуляции.	– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – о способах релаксации и саморегуляции с применением физических упражнений.

### 1.3. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 258 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 129 часов,

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	180
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	180
в том числе:	
лекции	2
практические занятия	178
<b>Форма промежуточной аттестации по дисциплине:</b>	
3 семестр	Зачет
4 семестр	Зачет
5 семестр	Зачет
6 семестр	Зачет
7 семестр	Дифференцированный зачет

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
<b>Семестр 3</b>		
<b>Занятие 1. Бег на короткие дистанции. Высокий старт.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт до 40м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ.	2
<b>Занятие 2. Бег на средние дистанции.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.	2
<b>Занятие 3. Кросс. Контрольное упражнение-100м.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Бег 100м на результат. Бег 20 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	2
<b>Занятие 4. Кросс.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	2
<b>Занятие 5. Кросс.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	2
<b>Занятие 1. Общефизическая подготовка. Социально-биологические основы физической культуры</b>	<b>Практическое занятие:</b> ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы. Инструктаж по ТБ.	2
<b>Занятие 2. Общефизическая подготовка. Контрольное упражнение - прыжки через скакалку за 1мин.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Прыжки через скакалку за 1мин на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	2

<p><b>Занятие 3.</b> <b>Общефизическая подготовка.</b> <b>Контрольное упражнение – сгибание и разгибание туловища за 1 мин.</b></p>	<p><b>Практическое занятие:</b> Сгибание и разгибание туловища за 1 мин на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.</p>	2
<p><b>Занятие 4.</b> <b>Общефизическая подготовка.</b> <b>П.П.Ф.П.</b> <b>Контрольное упражнение – подтягивания.</b></p>	<p><b>Практическое занятие:</b> Подтягивания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.</p>	2
<p><b>Занятие 5.</b> <b>Общефизическая подготовка.</b> <b>Контрольное упражнение – отжимания</b></p>	<p><b>Практическое занятие:</b> Отжимания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.</p>	2
<p><b>Занятие 1.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Прием сверху, снизу.</b> <b>Правила игры.</b></p>	<p><b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.</p>	2
<p><b>Занятие 2.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Прием сверху, снизу.</b> <b>Подача. Правила игры.</b></p>	<p><b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Верхняя и нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.</p>	2

<b>Занятие 3.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Блокирование.</b> <b>Нападающий удар.</b> <b>Правила игры.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Одиночное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2
<b>Занятие 4.</b> <b>Волейбол. Учебная игра.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Правила игры. Учебная игра.	2
<b>Занятие 5.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Тренировка элементов игры.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Одиночное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2
<b>Занятие 6.</b> <b>Волейбол.</b> <b>Тренировка элементов игры.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Одиночное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2
<b>Занятие 7.</b> <b>Баскетбол.</b> <b>Ведение, передача, бросок.</b> <b>Правила игры.</b>	<b>Лекция:</b> Совершенствование передвижений и остановок игрока. Ведение мяча. Передачи мяча различными способами. Бросок мяча в движении. Броски со средней дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств. <b>Правила игры.</b> <b>Инструктаж по ТБ.</b>	2
<b>Занятие 1.</b> <b>Общеспортивная подготовка.</b> <b>Контрольное упражнение – наклоны туловища за 1 мин.</b>	<b>Практическое занятие:</b> ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	2
<b>Занятие 2.</b> <b>Общеспортивная подготовка.</b>	<b>Практическое занятие:</b> Приседания за 1 мин на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	2

Контрольное упражнение – приседания за 1 мин.		
Зачет		2
<b>Семестр 4</b>		
Занятие 3. Общефизическая подготовка. Контрольное упражнение-отжимания.	<b>Практическое занятие:</b> Отжимания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	5
Занятие 4. Общефизическая подготовка. П.П.Ф.П. Контрольное упражнение – подтягивания.	<b>Практическое занятие:</b> Подтягивания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	5
Занятие 5. Общефизическая подготовка. - прыжки через скакалку за 1 мин.	<b>Практическое занятие:</b> Отжимания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	6
Занятие 1. Баскетбол. Стритбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Стритбол. Учебная игра. Правила игры.	4
Занятие 2. Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4
Занятие 3 Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4



Занятие 4 Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4
Зачет		2
<b>Семестр 5</b>		
Занятие 1. Бег на короткие дистанции. Высокий старт.	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт до 40м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ.	4
Занятие 2. Бег на короткие дистанции. Высокий старт.	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт до 40м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ.	4
Занятие 3. Бег на средние дистанции.	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.	4
Занятие 4. Кросс. Контрольное упражнение-бег 100м.	<b>Практическое занятие:</b> Бег 100м на результат. Бег 20 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	4
Занятие 5. Кросс. Метание гранаты	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике. Метание гранаты из различных положений. Биохимическая основа метания.	4
Занятие 6. Кросс. Контрольное упражнение – Метание гранаты.	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. ОРУ. Метание гранаты на результат.	4
Занятие 7. Контрольное упражнение-кросс.	<b>Практическое занятие:</b> Бег на результат: 2000м-девушки; 3000м-юноши. Развитие выносливости.	4
Занятие 1. Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4

Занятие 2. Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4
Занятие 3. Баскетбол. Учебная игра.	Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	4
Зачет		2
Семестр 6		
Занятие 1. Бег на короткие дистанции. Высокий старт.	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт до 40м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ.	4
Занятие 2. Бег на средние дистанции.	<b>Практическое занятие:</b> Высокий старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.	4
Занятие 3. Кросс. Контрольное упражнение-100м.	<b>Практическое занятие:</b> Бег 100м на результат. Бег 20 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	4
Занятие 4. Кросс.	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике	4
Занятие 5. Кросс.	<b>Практическое занятие:</b> Бег 40 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Соревнования по легкой атлетике.	4
Занятие 6. Контрольное упражнение-кросс.	<b>Практическое занятие:</b> Бег на результат: 2000м-девушки; 3000м-юноши. Развитие выносливости.	4
Занятие 1. Общefизическая подготовка. Здоровый образ жизни.	<b>Практическое занятие:</b> ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы. Инструктаж по ТБ.	4
Занятие 2. Общefизическая подготовка. Контрольное упражнение -	<b>Практическое занятие:</b> Прыжки через скакалку за 1мин на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	4

прыжки через скакалку за 1 мин.		
Зачет		2
<b>Семестр 7</b>		
Занятие 3. Общефизическая подготовка. Контрольное упражнение – сгибание и разгибание туловища за 1 мин.	Сгибание и разгибание туловища за 1 мин на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	4
Занятие 4. Общефизическая подготовка. П.П.Ф.П. Контрольное упражнение – подтягивания.	<b>Практическое занятие:</b> Подтягивания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	4
Занятие 5. Общефизическая подготовка. Контрольное упражнение – отжимания	<b>Практическое занятие:</b> Отжимания на результат. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	3
Занятие 6. Общефизическая подготовка. Контрольное упражнение – наклоны туловища за 1 мин.	<b>Практическое занятие:</b> ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с внешним сопротивлением. Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с отягощениями. Развитие силы.	3
Занятие 1. Волейбол.	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Правила игры. Учебная игра.	3

Учебная игра.		
Занятие 2. Волейбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Правила игры. Учебная игра.	3
Занятие 3. Волейбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Правила игры. Учебная игра.	3
Занятие 4. Баскетбол. Тренировка элементов игры.	<b>Практическое занятие:</b> Совершенствование передвижений и остановок игрока. Ведение мяча. Передачи мяча различными способами. Бросок мяча в движении с сопротивлением. Броски со средней дистанции с сопротивлением. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила игры. Учебная игра.	3
Занятие 5. .Баскетбол. Стритбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Стритбол. Учебная игра. Правила игры.	3
Занятие 6. .Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	3
Занятие 7. .Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	3
Занятие 8. .Баскетбол. Учебная игра.	<b>Практическое занятие:</b> Баскетбол. Учебная игра. Правила игры.	3
Дифференцированный зачет		2
<b>ВСЕГО:</b>		<b>180</b>

### 3. Условия реализации программы дисциплины

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие спортивного зала и открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основная литература

1. Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77006.html> (дата обращения: 17.05.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

2. Крамской, С. И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования : учебное пособие / С. И. Крамской, Д. Е. Егоров, И. А. Амельченко ; под редакцией С. И. Крамского, Д. Е. Егорова. — Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020. — 148 с. — ISBN 978-5-361-00782-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106205.html> (дата обращения: 25.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

3. Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А. Э. Буров, И. А. Лакейкина, М. Х. Бегметова, С. В. Небратенко. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 261 с. — ISBN 978-5-4487-0807-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116615.html> (дата обращения: 25.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

##### Дополнительные источники

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : пресс-служба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>.

2. ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru>.

3. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: <https://olympic.ru/>.

### 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения : - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	1. Оценка на практических занятиях 2. Сдача нормативов 3. Зачет

<p>– применять физические упражнения в профессиональной деятельности для релаксации и саморегуляции.</p>		
<p>Усвоенные знания:  о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;  - основы здорового образа жизни;  – о способах релаксации и саморегуляции с применением физических упражнений.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка на практических занятиях</li> <li>2. Сдача нормативов</li> <li>3. Зачет</li> </ol>	
<b>Результаты обучения (освоенные компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
<p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прогнозирование результатов выполнения деятельности в соответствии с задачей</li> <li>- успешный поиск способов и методов выполнения задачи</li> <li>- подбор ресурсов (инструмента, информации и т.п.), необходимых для решения задачи</li> <li>- анализ действий на соответствие эталону (нормам) оценки результатов деятельности</li> <li>- анализ результата выполняемых действий и выявление причин отклонений от норм (эталона)</li> <li>- определение путей устранения выявленных отклонений</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка на практических занятиях</li> <li>2. Сдача нормативов</li> <li>3. Зачет</li> </ol>
<p>ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- рациональность решения стандартных профессиональных задач</li> <li>- нахождение путей решения нестандартных профессиональных задач</li> <li>- подбор ресурсов (инструмента, информации и т.п.), необходимых для разрешения нестандартных профессиональных задач</li> <li>- способность выявить проблему, определить причины ее возникновения</li> <li>- способность находить пути решения проблемы</li> <li>- способность брать на себя ответственность за принятое решение</li> </ul>	

<p>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выделение профессионально-значимой информации</li> <li>- выделение перечня проблемных вопросов, информацией по которым не владеет</li> <li>- подбор вопросов, указывающих на отсутствие информации, необходимой для решения задачи</li> <li>- использование разнообразной справочной литературы, электронных ресурсов</li> <li>- сопоставление информации из различных источников</li> <li>- определение соответствия информации поставленной задаче</li> <li>- оценка полноты и достоверности информации</li> </ul>	
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полнота соблюдения этических норм и правил</li> <li>- взаимодействия с коллегами, руководством, клиентами</li> <li>- полнота владения приемами ведения дискуссии, диспута, диалога, полилога, монолога</li> <li>- результативность взаимодействия с участниками профессиональной деятельности</li> <li>- соблюдение официального стиля при оформлении документов</li> </ul>	
<p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составление программы саморазвития, самообразования</li> <li>- определение этапов достижения поставленных целей</li> <li>- определение необходимых внешних и внутренних ресурсов для достижения целей</li> <li>- владение методами самообразования</li> <li>- участие в мероприятиях, способствующих карьерному росту</li> <li>- владение навыками самоорганизации и применение их на практике</li> </ul>	
<p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определение технологий, используемых в профессиональной деятельности</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определение источников информации о технологиях профессиональной деятельности</li> <li>- определение условий и результатов успешного применения технологий</li> <li>- способность анализировать производственную ситуацию и выявлять противоречия между реальными и идеальными условиями</li> <li>- реализации технологического процесса</li> <li>- определение причин необходимости смены технологий или их усовершенствования</li> <li>- определение необходимости модернизации и генерация возможных путей модернизации</li> <li>- способность проектировать процесс модернизации</li> </ul>	
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	<b>ЛР 1</b>	
Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.	<b>ЛР 2</b>	
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	<b>ЛР 7</b>	
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности».	<b>ЛР 9</b>	
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся.	<b>ЛР 10</b>	
Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное по- ведение окружающих.	<b>ЛР 12</b>	
Способный искать нужные источники информации и данные, воспринимать, анализировать, запоминать и передавать информацию с использованием цифровых средств; предупреждающий собственное и чужое деструктивное поведение в сетевом пространстве.	<b>ЛР 16</b>	



Рабочая программа рассмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в учебном процессе в 20\_\_ - 20\_\_ учебном году на заседании учебно-методической комиссии.

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа рассмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в учебном процессе в 20\_\_ - 20\_\_ учебном году на заседании учебно-методической комиссии.

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

#### ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ

20\_\_ - 20\_\_ учебный год

Номер изменения	Описание изменений	Подпись	Расшифровка подписи	Дата внесения изменения

#### ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ

20\_\_ - 20\_\_ учебный год

Номер изменения	Описание изменений	Подпись	Расшифровка подписи	Дата внесения изменения