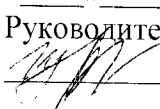
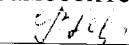
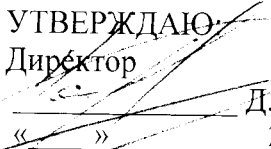


Министерство образования Сахалинской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Сахалинский индустриальный техникум»

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
преподавателей
общеобразовательных
дисциплин
Протокол № 2
«22» сентября, 2021г.
Руководитель МО
 Е.А. Щелканова

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по УР
 Г.В. Наквасина
«22» сентября, 2021г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
 Д.В. Чан
« » , 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

ОУП.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

базовый уровень
для профессии
среднего профессионального образования

23.01.06 «Машинист дорожных и строительных машин»

Объем программы: 267 часа

Форма промежуточной аттестации: дифференцированные зачеты

Составитель: Григорьева Ирина Юрьевна,
руководитель физического воспитания

СОДЕРЖАНИЕ.

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
	1.1. Область применения программы.....	3
	1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы.....	3
	1.3. Аттестация предмета.....	3
	1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета.....	4
	1.5. Объем учебного предмета и виды учебной работы.....	4
	1.6. Распределение часов, отводимое на освоение общеобразовательной учебной дисциплины, по семестрам.....	4
2.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	5
3.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	6
4.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	7
5.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	17
	5.1. Материально-техническое обеспечение учебного предмета.....	17
	5.2. Информационное обеспечение учебного предмета.....	17

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета ОУП.06 Физическая культура (далее - программа) является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих с ФГОС СПО по профессии 21.01.06 «Машинист дорожных и строительных машин».

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «Физическая культура», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и на основе примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 375 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»)

Содержание программы учебного предмета ОУП.06 Физическая культура направлено на достижение следующих целей:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, плаванию и лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки специалистов среднего звена.

1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы

Программа ОУП.06 Физическая культура входит в общеобразовательный учебный цикл, подцикл «Общие учебные предметы».

В учебном плане ППССЗ ОУП.06 Физическая культура входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС СОО. Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к группе общеобразовательных дисциплин среднего (полного) общего образования.

1.3. Аттестация предмета

Реализация программы учебного предмета ОУП.06 Физическая культура предусматривает организацию практических занятий

Текущая аттестация учебного предмета ОУП.06 Физическая культура в форме выполнения контрольных нормативов, предусмотренных государственным стандартом по легкой атлетике, баскетболу, гимнастике, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

Все контрольные нормативы, по физической культуре обучающиеся сдают в течение учебного года для оценки их функциональной и двигательной подготовленности, в том числе их готовности к выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне».

Промежуточная аттестация в форме дифференцированных зачетов в 1 – 2 семестре первого курса и 2 – 3 семестре второго курса.

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

При реализации содержания общеобразовательного учебного предмета ОУП.06 Физическая культура в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ). **Максимальная учебная нагрузка** обучающихся составляет: 267 часа, из них: **аудиторная (обязательная) нагрузка** обучающихся - 186 часов, включая практические занятия – 186 часов; **внеаудиторная самостоятельная работа** - 81 час.

1.5. Объем учебного предмета и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Кол-во часов
<i>Ведение</i>	1
Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	35
Лыжная подготовка	24
Гимнастика	20
Спортивные игры	51
Плавание	17
Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.	34
Итого	182
<i>Внеаудиторная самостоятельная работа</i>	81
Подготовка рефератов, сообщений индивидуального проекта с использованием информационных технологий и др.	81
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	4
Всего	267

1.6. Распределение часов, отводимое на освоение общеобразовательной учебной дисциплины, по семестрам.

№ п/п	Нагрузка обучающегося	Номер семестра						Всего часов	
		1	2	3	4	5	6		
1.	1.1. Максимальная учебная нагрузка	68	97	39	63			267	
	1.2. Обязательная аудиторная учебная нагрузка	48	70	26	42			186	
	в	Занятий на уроках							
		Практические занятия	48	70	26	42			182
	Внеаудиторная самостоятельная работа	20	27	13	21			81	
2.	<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	1	1	1	1			4	

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

В результате изучения предмета у обучающихся должны быть сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты.

2.1 Личностные результаты:

Освоение программы предмета ОУП.06 Физическая культура обеспечивает достижение у обучающихся **личностных результатов**:

Л5. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

Л11. Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

Л12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

2.2. Метапредметные результаты:

М1. Способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

М2. Готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

М3. Освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

М4. Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;

М5. Формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

М6. Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

2.3. Предметные результаты:

П1. Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

П2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

П4. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Освоение программы предмета ОУП.06 Физическая культура обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования общих компетенций.

Универсальные учебные действия	Общие компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по специальности/профессии)
<p>Личностные: УУД5. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению; УУД11. Сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности профессиональной направленностью, неприятию ПАВ УУД12. Потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья; Приобретение личного опыта творческого использования профессионально - оздоровительных средств и методов двигательной активности;</p>	<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.</p>
<p>Метапредметные: УУД1. Способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике; УУД2. Готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности; УУД3. Освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ; УУД4. Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности. УУД5. Формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p>	<p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p>
<p>Предметные: УУД1. Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни. УУД2. Владение современными технологиями УУД3. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно - оздоровительной деятельностью; УУД4. Умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p>	<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>

3.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

№ п/п	Наименование разделов
1.	ВЕДЕНИЕ. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.
2.	Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.
3.	Лыжная подготовка.
4.	Гимнастика
5.	Спортивные игры
6.	Плавание
7.	Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Перспективно-тематический план предмета ОУП.06 Физическая культура Первый курс обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала практические работы, самостоятельная работа	Объем часов
1	2	3
Ведение (1 час)		
Содержание учебного материала		
1.	Ведение. Цель и задачи предмета «Физическая культура» ее роль в формировании у студентов профессиональных компетенций. Порядок и форма проведения занятий. Рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.	1
Внеаудиторная самостоятельная работа		
	Общие представления о современных оздоровительных системах физического воспитания. Физическая культура в организации трудовой деятельности человека, основные причины возникновения профессиональных заболеваний и их профилактика оздоровительными занятиями физической культурой.	5
Раздел 1. Общекультурное и социальное значение физкультуры. Здоровый образ жизни.		
Содержание учебного материала		
Практические занятия		
1.	Ознакомительный курс с комплексом ГТО	1
2.	Ознакомительный курс с комплексом ГТО	1
3.	Бег 30 м, старт.	1
4.	Челночный бег 3*10 м	1
5.	Челночный бег 5*10 м	1
6.	Бег 100 м, финиширование.	1
7.	Эстафетный бег 4*100 м	1
8.	Эстафетный бег 4*400 м	1
9.	Бег по прямой с различной скоростью.	1
10.	Бег по пересеченной местности: бег 2000 м (девушки), бег 3000 м (юноши).	1
11.	Прыжки в длину «согнув ноги».	1
12.	Прыжки в длину с места.	1
Тема 2.1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка		

	13. Прыжки в длину способом «ножницы»	1
	14. Равномерный бег 500 м.	1
	15. Равномерный бег 800 м.	1
	16. Равномерный бег 1000 м.	1
	17. Равномерный бег 2000 м (девушки) и 3000 (юноши)	1
	18. Метание мяча на дальность.	1
	19. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши).	1
	Внеаудиторная самостоятельная работа	
	Изучение материала: подготовка мест занятий, инвентаря и спортивного оборудования. Разработка индивидуальных планов-конспектов тренировочных занятий. Сообщение на тему: профилактические мероприятия по БП тренировочных занятий. Разработка индивидуальных планов-конспектов тренировочных занятий.	5
Тема 2.2. Лыжная подготовка.	Практические занятия	
	1. Строевые упражнения с лыжами.	1
	2. Повороты на месте.	1
	3. Изучение попеременного хода.	1
	4. Одновременные ходы.	1
	5. ТБ при занятиях лыжным спортом.	1
	6. Спуски с поворотами со склона.	1
	7. Первая помощь при травмах и обморожениях.	1
	8. Спуски с торможением.	1
	9. Основные элементы тактики лыжных гонок.	1
	10. Изучение конькового хода.	1
	11. Тактика лыжных гонок.	1
	12. Изучение подъема скользящим шагом.	1
	13. Изучение подъема скользящим шагом.	1
	14. Прохождение дистанции-3 км. (девушки),5 км. (юноши).	1
	15. Прохождение дистанции-3 км. (девушки),5 км. (юноши).	1
	16. Прохождение дистанции-3 км. (девушки),5 км. (юноши).	1
	17. Прохождение дистанции-3 км. (девушки),5 км. (юноши).	1
	Внеаудиторная самостоятельная работа	
	Совершенствование двухшажного хода. Совершенствование четырехшажного хода.	10

	Совершенствование техники спусков с поворотами. Торможения. Совершенствование конькового хода. Совершенствование техники подьёмов.	
Тема 2.3. Гимнастика.	Практические занятия	
	1. Перекладина: подьём переворотом.	1
	2. Перекладина: подьём переворотом.	1
	3. Перекладина: подьём в упор силой.	1
	4. Перекладина: подьём в упор силой.	1
	5. Перекладина: подтягивание.	1
	6. Перекладина: подтягивание	1
	7. Перекладина: соскок дугой.	1
	8. Перекладина: соскок дугой	1
	9. Акробатика: группировка из положения приседание, лёжа на спине.	1
	10. Акробатика: группировка из положения приседание, лёжа на спине.	1
	11. Дифференцированный зачет	1
	12. Акробатика: перекаты в группировке вперёд.	1
	13. Акробатика: перекаты в группировке назад.	1
	14. Акробатика: стойка на лопатках.	1
	15. Акробатика: стойка на лопатках.	1
	16. Акробатика: мост из положения лёжа на спине.	1
	17. Акробатика: мост из положения лёжа на спине.	1
	18. Акробатика: соединение элементов опорный прыжок, прыжок ноги врозь.	1
	19. Акробатика: стойка на голове, переворот в сторону.	1
	20. Опорный прыжок через козла в ширину, ноги врозь.	1
21. Опорный прыжок через козла в длину, согнув ноги.	1	
Внеаудиторная самостоятельная работа		6
	Сообщение на тему техника безопасности при выполнении упражнений на тренажёрах	
	Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций в процессе с/з.	
	Изучение комплекса упражнений для акцентированного развития определённых мышц.	
Тема 2.4. Спортивные игры.	Практические занятия	
	1. Баскетбол: ведение мяча.	1
	2. Баскетбол: передача мяча от груди.	1
	3. Баскетбол: ловля мяча двумя руками.	1

4.	Баскетбол: одной рукой.	1
5.	Баскетбол: бросок по кольцу двумя руками и одной рукой сверху.	1
6.	Баскетбол: перемещение в стойке, правым, левым боком.	1
7.	Баскетбол: перемещение в стойке, спиной вперед.	1
8.	Баскетбол: стойка защитника, совершенствование техники.	1
9.	Баскетбол: выбивание мяча сверху, снизу.	1
10.	Баскетбол: учебная игра с использованием изученных элементов.	1
11.	Баскетбол: учебная игра.	1
12.	Баскетбол: учебная игра.	1
13.	Волейбол: подача мяча – нижняя.	1
14.	Волейбол: прямая, верхняя подача.	1
15.	Волейбол: совершенствование техники подачи.	1
16.	Волейбол: передача мяча в парах.	1
17.	Волейбол: приём мяча сверху.	1
18.	Волейбол: приём мяча снизу.	1
19.	Волейбол: прямой атакующий удар.	1
20.	Волейбол: прямой атакующий удар с переводом.	1
21.	Волейбол: совершенствование техники ударов.	1
22.	Волейбол: блокирование – индивидуальное, групповое, двухсторонняя игра.	1
23.	Волейбол: учебная игра с использованием изученных элементов.	1
24.	Волейбол: учебная игра.	1
25.	Футбол: изучение ударов внутренней, внешней стороной стопы.	1
26.	Футбол: остановка движущегося мяча внутренней, внешней стороной стопы.	1
27.	Футбол: изучение удара по мячу головой.	1
28.	Футбол: изучение игры в нападении, изучение игры в защите.	1
29.	Футбол: остановка движущегося мяча грудью.	1
30.	Футбол: учебная игра с использованием изученных элементов.	1
31.	Футбол: элементы игры, учебная игра.	1
32.	Футбол: учебная игра.	1
33.	Футбол: учебная игра.	1
34.	Футбол: учебная игра.	1
Внеаудиторная самостоятельная работа		8

		Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в баскетболе. Совершенствование передачи мяча. Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в волейболе. Отработка техники приёма и передачи мяча на партнёра. Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в футболе.
Тема 2.5. Плавание.	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила безопасного поведения на воде. 1 2. Техника плавания свободным стилем (кроль). 1 3. Техника плавания на груди. 1 4. Техника плавания на спине. 1 5. Прыжок в воду способом «ногами вниз». 1 6. Прыжки в воду с бортика, тумбы, повороты. 1 7. Преодоление дистанции любым способом без учёта времени. 1 8. Техника плавания стилем брасс. 1 9. Оказание медицинской помощи на воде. 1 <p>Внеаудиторная самостоятельная работа Написание рефератов на тему «Плавание» 6</p>	
Тема 2.6. Атлетическая гимнастика, работа на тренажёрах.	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника безопасности при выполнении упражнений на тренажёрах. 1 2. Комплексы упражнений на развитие рельефа мышц груди. 1 3. Комплексы упражнений на развитие мышц линии рук. 1 4. Комплексы упражнений на развитие мышц линии рук. 1 5. Комплексы упражнений на развитие мышц спины. 1 6. Комплексы упражнений на развитие мышц спины. 1 7. Комплексы упражнений на развитие мышц плеча. 1 8. Комплексы упражнений на развитие мышц плеча. 1 9. Комплексы упражнений на развитие мышц ног. 1 10. Комплексы упражнений на развитие мышц ног. 1 11. Комплексы упражнений на развитие мышц брюшного пресса. 1 12. Комплексы упражнений на развитие мышц брюшного пресса. 1 13. Комплексы упражнений на развитие рельефа мышц предплечья. 1 14. Комплексы упражнений на развитие рельефа мышц предплечья. 1 	

	15.	Комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения.	1
	16.	Комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения	1
	17.	«Подтягивание» отстающих в своем развитии мышц и мышечных групп.	1
	18.	«Подтягивание» отстающих в своем развитии мышц и мышечных групп	1
	19.	Дифференцированный зачет	1
		Внеаудиторная самостоятельная работа	
		Разработка комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики. Изучение литературы по ФК и спорту, написание рефератов «атлетическая гимнастика».	7
		Обязательная учебная нагрузка	
		Внеаудиторная самостоятельная работа	118
		Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	47
			2

Второй курс обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью (64часа)		
Практические занятия		
Тема 1.1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	1. Бег 100м, финиширование.	1
	2. Тестирование нормативов ГТО	1
	3. Контрольные нормативы: тестирование нормативов ГТО	1
	4. Эстафетный бег 4*100 м.	1
	5. Контрольные нормативы: эстафетный бег 4*400 м	1
	6. Прыжки в длину с места	1
	7. Контрольные нормативы: прыжки в длину с места	1
	8. Бег по прямой с различной скоростью	1
	9. Контрольные нормативы: бег по прямой с различной скоростью	1
	10. Равномерный бег 800 м	1
	11. Контрольные нормативы: равномерный бег 800 м	1
	12. Контрольные нормативы: равномерный бег 1000 м	1
	13. Бег по пересеченной местности: бег 2000 м (девушки), бег 3000 м (юноши)	1
	14. Контрольные нормативы: бега по пересеченной местности: бег 2000 м (девушки), бег 3000 м (юноши)	1
	15. Контрольные нормативы: метание мяча в цель	1
	16. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши)	1
Внеаудиторная самостоятельная работа		
	Изучение материала: подготовка мест занятий, инвентаря и спортивного оборудования	7
	Разработка индивидуальных планов-конспектов тренировочных занятий	
	Сообщение на тему: профилактические мероприятия по безопасности проведения тренировочных занятий (в домашних условиях, спортивных залах и на открытых площадках, при разных погодных условиях).	
	Разработка индивидуальных планов-конспектов тренировочных занятий	
Тема 1.2. Лыжная	Практические занятия	

подготовка	1.	Строевые упражнения с лыжами, на лыжах. Повороты на месте.	1
	2.	Изучение попеременного двух-четырехшажного хода.	1
	3.	Одновременные ходы	1
	4.	Спуски с поворотами со склона.	1
	5.	Спуски с торможением.	1
	6.	Изучение конькового хода.	1
	7.	Изучение подъема скользящим шагом. Прохождение 3 км. (девушки), 5 км. (юноши).	1
	8.	Дифференцированный зачет	1
	внеаудиторная самостоятельная работа	6	
	Совершенствование двухшажного хода.		
	Совершенствование четырехшажного хода.		
	Совершенствование техники спусков с поворотами. Торможения.		
	Совершенствование конькового хода.		
	Совершенствование техники подъемов.		
Тема 1.3. Спортивные игры	Практические занятия		
	1. Баскетбол: ведение мяча, передача мяча от груди	1	
	2. Баскетбол: ловля мяча двумя руками	1	
	3. Баскетбол: ловля мяча одной рукой	1	
	4. Баскетбол: бросок по кольцу двумя руками и одной рукой сверху	1	
	5. Баскетбол: учебная игра с использованием изученных элементов	1	
	6. Баскетбол: учебная игра	1	
	7. Волейбол: подача мяча – нижняя, прямая, верхняя	1	
	8. Волейбол: совершенствование техники подач	1	
	9. Волейбол: совершенствование техники подач	1	
	10. Волейбол: передача мяча в парах	1	
	11. Волейбол: блокирование – индивидуальное, групповое	1	
	12. Волейбол: двухсторонняя учебная игра	1	
	13. Волейбол: двухсторонняя игра	1	
	14. Футбол: изучение ударов внутренней, внешней стороной стопы	1	
	15. Футбол: остановка движущегося мяча внутренней, внешней стороной стопы	1	
	16. Футбол: остановка движущегося мяча внутренней, внешней стороной стопы	1	
	17. Футбол: изучение удара по мячу головой, остановка движущегося мяча грудью	1	

	<p>Внеаудиторная самостоятельная работа</p> <p>Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в баскетболе</p> <p>Совершенствование передачи мяча.</p> <p>Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в волейболе</p> <p>Отработки техники приёма и передачи мяча на партнёра.</p> <p>Выполнение упражнений для совершенствования техники владения мячом в футболе</p>	10
<p>Тема 2.4. Плавание.</p>	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила безопасного поведения на воде 2. Техника плавания свободным стилем (кроль) 3. Техника плавания на груди, на спине 4. Прыжок в воду способом «ногами вниз» 5. Прыжки в воду с бортика, тумбы, повороты 6. Преодоление дистанции любым способом без учёта времени 7. Техника плавания стилем брасс 8. Оказание медицинской помощи на воде <p>Внеаудиторная самостоятельная работа</p> <p>Написание рефератов на тему «плавание»</p>	1 1 1 1 1 1 1 1
<p>Тема 2.5. Атлетическая гимнастика, работа на тренажёрах</p>	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника безопасности при выполнении упражнений на тренажёрах 2. Техника безопасности при выполнении упражнений на тренажёрах 3. Комплексы упражнений на развитие рельефа мышц груди 4. Комплексы упражнений на развитие рельефа мышц груди 5. Комплексы упражнений на развитие мышц линии рук 6. Комплексы упражнений на развитие мышц линии рук 7. Комплексы упражнений на развитие мышц спины 8. Комплексы упражнений на развитие мышц спины 9. Комплексы упражнений на развитие мышц плеча 10. Комплексы упражнений на развитие мышц плеча 11. Комплексы упражнений на развитие мышц ног 12. Комплексы упражнений на развитие мышц ног 13. Комплексы упражнений на развитие мышц брюшного пресса 14. Комплексы упражнений на развитие мышц брюшного пресса 	6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1

15.	Комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения	1
16.	Комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения	1
17.	Дифференцированный зачет	1
Внеаудиторная самостоятельная работа		5
	Разработка комплексов упражнений дыхательной гимнастики для юношей и девушек	
	Изучение литературы по ФК и спорту, написание рефератов «атлетическая гимнастика»	
Аудиторная (обязательная) учебная нагрузка		64
Внеаудиторная самостоятельная работа		34
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		2
Внеаудиторная самостоятельная работа:		186
Итого		81
Всего		267

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5.1. Материально-техническое обеспечение учебного предмета.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, конь для прыжков и др.),
- тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, канат для перетягивания.
- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные).
- гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры; кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные.
- стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола.

5.2. Информационное обеспечение учебного предмета.

Список литературы

Для студентов

Бишаева А.А. Физическая культура : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А.А. Бишаева. – 6-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2020. - 320 с.

Виленский, М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - 3-е изд., стер. – Москва: КНОРУС, 2020. - 214 с. - (Среднее профессиональное образование).

Для преподавателей

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

2. Федеральный закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

4. Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой

профессии или специальности среднего профессионального образования».

Интернет - ресурсы:

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации)

www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).

www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

www.goup324441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).

Министерство образования Сахалинской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Сахалинский индустриальный техникум»

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
преподавателей
общеобразовательных
дисциплин
Протокол № 2
«22» октября 2021 г.
Руководитель МО
Щелканова Е.А. Щелканова

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по УР
Г.В. Наквасина
«22» октября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Д.В. Чан
«22» октября 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

базовый уровень
для профессии
среднего профессионального образования

23.01.06 Машинист дорожных и строительных машин
Объем программы: 105 часов
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

Составитель: Миклашкова
Преподаватель-организатор ОБЖ
Т.С.Миклашкова

г. Оха, 2021 год

СОДЕРЖАНИЕ.

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.1.	Область применения программы.....	3
1.2.	Место учебного предмета в структуре основной Профессиональной образовательной программы.....	4
1.3.	Аттестация предмета.....	4
1.4.	Количество часов на освоение программы учебного предмета.....	5
1.5.	Объем учебного предмета и виды учебной работы.....	5
1.6.	Распределение часов, отводимое на освоение общеобразовательной учебной дисциплины, по семестрам.....	5
2.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	5
2.1.	Личностные результаты.....	6
2.2.	Метапредметные результаты.....	7
2.3.	Предметные результаты.....	8
3.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	8
4.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО П РЕДМЕТА.....	11
5.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	16
5.1.	Материально-техническое обеспечение учебного предмета.....	16
5.2.	Информационное обеспечение учебного предмета.....	16

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности (далее – программа) является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС СПО по профессии 23.0106 Машинист дорожных и строительных машин.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и на основе примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»)

Содержание программы учебного предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих целей (в соответствии с требованиями ФГОС СОО, ориентацией на результаты ФГОС СПО):

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности в быту, на производстве и в обществе;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Задачи освоения учебного предмета (в соответствии с требованиями ФГОС СОО, ориентацией на результаты ФГОС СПО):

- воспитание у студентов ответственности за личную безопасность в быту и на рабочем месте; ответственного отношения к своему здоровью как индивидуальной, профессиональной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие у студентов духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, а также в условиях профессиональной деятельности; потребности вести здоровый образ жизни для поддержания высокой работоспособности; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, а также в условиях профессиональной деятельности; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, в том числе на объектах профессиональной деятельности;

- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой помощи при неотложных состояниях.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих.

1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы

Программа ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности входит в общеобразовательный учебный цикл, подцикл «Общие учебные предметы».

В учебном плане ППКРС ОУП.07. Основы безопасности жизнедеятельности входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС СОО. Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к группе общеобразовательных дисциплин среднего (полного) общего образования.

1.3. Аттестация предмета

Реализация программы учебного предмета ОУП.07. Основы безопасности жизнедеятельности сопровождается текущей и промежуточной аттестацией.

Текущая аттестация проводится на учебных занятиях. Текущая аттестация проводится в следующих формах:

- Опрос;
- Оценка выполнения задания на занятии;
- Оценка выполнения задания на практическом занятии;
- Выполнение самостоятельных работ;
- Оценка освоения практических навыков;
- Кейс-задача
- Тестирование;
- Рефераты;
- Разноуровневые задания;
- Проект.

Периодичность текущей аттестации: каждое практическое занятие, каждое третье лекционное занятие; каждая самостоятельная, каждое тестирование; не менее одной оценки за каждые 5 (пять занятий)

Порядок проведения текущей аттестации определяется рабочими материалами преподавателя, разрабатываемыми для проведения занятия.

Изучение предмета заканчивается итоговой аттестацией в форме дифференцированного зачета во 2 семестре первого курса обучения по программе, которая установлена учебным планом.

Дифференцированный зачет проводится в последние 2 академических часа входящих в календарно-тематическое планирование.

Порядок проведения дифференцированного зачета определяется фондом оценочных средств по предмету.

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

При реализации содержания общеобразовательного учебного предмета ОУП.07. Основы безопасности жизнедеятельности в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС) **максимальная учебная**

нагрузка обучающихся составляет 105 часов, из них: **аудиторная (обязательная) нагрузка** обучающихся – 70 часов, включая практические занятия – 50 часов; **внеаудиторная самостоятельная работа** студентов – 35 часов.

1.5. Объем учебного предмета и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Количество часов
<i>Аудиторные занятия</i>	
Введение	2
РСЧС	4
Гражданская оборона	7
Средства и способы защиты населения	7
Защита населения на территориях при ЧС природного характера	16
Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке	2
Терроризм и безопасность человека	3
Основы ЗОЖ	11
Первая (доврачебная) помощь	5
Основы военной службы	11
Итого:	68
<i>Внеаудиторная самостоятельная работа</i>	
Подготовка рефератов, презентаций, буклетов, сообщений, отработка практических навыков, составление алгоритмов действий, работа с дополнительными источниками информации и т.п.	35
<i>Промежуточная аттестация</i>	
дифференцированный зачет	2
Итого:	105

1.6. Распределение часов, отводимое на освоение общеобразовательной учебной дисциплины, по семестрам.

№ п/п	Нагрузка обучающегося	Номер семестра								Всего часов
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося		70							70
	<i>В том числе:</i>	Занятий на уроках		18						18
		Практические занятия		50						50
2	Внеаудиторная самостоятельная работа		35						35	
3	<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>		дз						2	

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Синхронизация образовательных результатов реализуется в интеграции системно-деятельностного и компетентностного подходов, в обеспечении единства процессов воспитания, развития и обучения в период освоения общеобразовательной программы СПО. В результате изучения предмета у обучающихся должны быть сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты.

2.1. Личностные результаты.

Освоение программы предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности сопровождается формированием у обучающихся **личностных результатов**:

Л3. Готовность к служению Отечеству, его защите;

Л9. Готовность и способность к образованию, в том числе к самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

Л11. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, непринятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; умение оказывать первую помощь;

Л14. Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

Для формирования этих результатов обучающийся получит возможность для формирования следующих универсальных учебных действий (УУД):

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять самоконтроль, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение определять понятия, устанавливать аналогии, самостоятельно выбирать критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение, делать выводы;
- Умение создавать модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Умение организовывать учебное сотрудничество, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Формирование и развитие компетенции в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Среди технологий, методов и приёмов развития УУД через предмет ОБЖ направленных на личностные результаты, особое место занимают учебные ситуации, которые специализированы для развития определённых УУД. Типология учебных ситуаций ОБЖ может быть представлена такими ситуациями, как:

- *ситуация-проблема* — прототип реальной проблемы, которая требует оперативного решения (с помощью подобной ситуации можно вырабатывать умения по поиску оптимального решения);
- *ситуация-иллюстрация* — прототип реальной ситуации, которая включается в качестве факта в лекционный материал (визуальная образная ситуация, представленная средствами ИКТ, вырабатывает умение визуализировать информацию для нахождения более простого способа её решения);
- *ситуация-оценка* — прототип реальной ситуации с готовым предполагаемым решением, которое следует оценить, и предложить своё адекватное решение;
- *ситуация-тренинг* — прототип стандартной или другой ситуации (тренинг возможно проводить как по описанию ситуации, так и по её решению).

Наряду с учебными ситуациями для развития личностных УУД возможно использовать следующие типы задач:

- на личностное самоопределение;
- на развитие Я-концепции;
- на смыслообразование;
- на мотивацию;
- на нравственно-этическое оценивание.

2.2. Метапредметные результаты.

Освоение программы предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности сопровождается формированием у обучающихся **метапредметных результатов**:

М1. Владение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций, выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

М2. Формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

М3. Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

М4. Формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

М5. Развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

М6. Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

М7. Формирование установки на здоровый образ жизни;

М8. Развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

Для формирования этих результатов у обучающихся формируются **УУД**:

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- на учёт позиции партнёра;
- на организацию и осуществление сотрудничества;
- на передачу информации и отображению предметного содержания;
- тренинги коммуникативных навыков;
- ролевые игры;
- групповые игры.

Познавательные универсальные учебные действия:

- задачи и проекты на выстраивание стратегии поиска решения задач;
- задачи и проекты на сравнение, оценивание;
- задачи и проекты на проведение эмпирического исследования;
- задачи и проекты на проведение теоретического исследования;
- задачи на смысловое чтение.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- на планирование;
- на рефлексию;
- на ориентировку в ситуации;
- на прогнозирование;
- на целенаправление;
- на оценивание;
- на принятие решения;
- на самоконтроль;
- на коррекцию.

2.3. Предметные результаты.

П1. Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П2. Получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

П3. Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; – сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

П4. Освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П5. Освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

П6. Развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П7. Формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П8. Развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

П9. Получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

П10. Освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П11. Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактики.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

№ п/п	Наименование разделов
1	Введение
2	Гражданская оборона и защита при чрезвычайных ситуациях
3	Совершенствование и сохранение здоровья
4	Основы медицинских знаний, первая (доврачебная) помощь
5	Основы военной службы

Практические занятия

- Изучение поражающих факторов различных ЧС и отработка моделей поведения в условиях возникновения ЧС природного или техногенного характера;
- Изучение первичных средств пожаротушения, правил их использования;
- Ознакомление и отработка навыков использования средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени;

- Определение основных составляющих ЗОЖ и факторов влияющих на состояние здоровья;
- Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции, основ психологической подготовки к службе в рядах ВС РФ;
- Составление структуры ВС РФ, органов управления ВС РФ, изучение особенностей прохождения военной службы;
- Изучение и освоение основных приемов оказания первой доврачебной помощи;
- Изучение и освоение основных инфекционных заболеваний и методов их профилактики.

Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.

- СПИД — чума XXI века.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.

**4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.
Перспективно-тематический план предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Введение		
Тема 1.1	Содержание учебного материала	1/1/1
Введение в дисциплину	Теоретические занятия	
	1 Введение в дисциплину	1
	Практические занятия	
	1 Определение системы понятий ОБЖ методом исследования.	1
	Самостоятельная (внеурочная) работа	
	Подготовить сообщение по теме: «Влияние среды обитания на безопасность человека»	1
Раздел 2. Гражданская оборона и защита при чрезвычайных ситуациях		
Тема 2.1. РСЧС	Содержание учебного материала	3/1/2
	Теоретические занятия	
	1 РСЧС, ее цели и задачи	1
	2 Организационная структура РСЧС.	1
	3 Режимы функционирования РСЧС.	1
	Практические занятия	
	2 Силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.	1
	Самостоятельная работа	
	Ознакомиться с правами и обязанностями граждан в ФЗ-68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций» (ст.18,19)	2
	Составить схему РСЧС	
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	3/4/2
Гражданская оборона	Теоретические занятия	
	1 ГО, её основные задачи.	1
	2 Бактериологическое оружие.	1
	3 Современные обычные средства поражения.	1
	Практические занятия.	

1	2	3
3	Ядерное оружие и его поражающие факторы.	1
4	Выявление и оценка радиационной обстановки	1
5	Химическое оружие	1
6	Расчет действия химического оружия	1
Самостоятельная работа	Составить план эвакуационных мероприятий при ЧС в техникуме.	2
Ознакомиться с нетрадиционными видами оружия.	Ознакомление с нетрадиционными видами оружия.	1/6/5
Содержание учебного материала	Содержание учебного материала	
Теоретические занятия	Теоретические занятия	1
1	Оповещение и информирование населения о ЧС	1
Практическое занятие.	Практическое занятие.	1
7	Инженерная защита.	1
8	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСР и ДНР), проводимые в зонах ЧС.	1
9	Использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) органов дыхания	1
10	Изготовление ватно-марлевой повязки	1
11	Средства индивидуальной защиты кожи	1
12	Аптечка индивидуальная (АИ-2)	1
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа	
Составить схему оповещения при возникновении ЧС на территории Сахалинской области.	Составить схему оповещения при возникновении ЧС на территории Сахалинской области.	5
Определить наличие в техникуме инженерных средств защиты и их вместимость.	Определить наличие в техникуме инженерных средств защиты и их вместимость.	
Составить алгоритм использования противогаза (действия при надевании пошагово).	Составить алгоритм использования противогаза (действия при надевании пошагово).	
Научить членов своей семьи изготовлению ватно-марлевой повязки.	Научить членов своей семьи изготовлению ватно-марлевой повязки.	
Составить таблицу наполняемости АИ-2	Составить таблицу наполняемости АИ-2	
Содержание учебного материала	Содержание учебного материала	1/15/9
Теоретические занятия	Теоретические занятия	1
1	Классификация ЧС природного характера	1
Практические занятия.	Практические занятия.	
13	Землетрясения. Происхождение землетрясений.	1
14	Последствия землетрясений.	1
15	Правила безопасного поведения при землетрясениях.	1
16	Происхождение и виды вулканов.	1
17	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	1
18	Оползни, сели, обвалы, снежные лавины	1
Тема 2.4. Защита населения и территорий при ЧС природного характера	Тема 2.4. Защита населения и территорий при ЧС природного характера	

1	2	3
	<p>19 Праг ила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.</p> <p>20 Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей.</p> <p>21 Праг ила безопасного поведения при угрозе и вовремя ураганов, бурь, смерчей.</p> <p>22 Происхождение и виды наводнений</p> <p>23 Праг ила безопасного поведения при наводнениях</p> <p>24 Происхождение и классификация цунами.</p> <p>25 Праг ила безопасного поведения при цунами</p> <p>26 Происхождение и классификация лесных и торфяных пожаров</p> <p>27 Праг ила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
	<p>Подготовить презентацию о ЧС природного характера (по выбору обучающегося)</p> <p>Обозначить на карте Сахалинской области сейсмоактивные районы.</p> <p>Составить сообщение об активных и потухших вулканах нашей страны.</p> <p>Составить презентацию по порядку действий при оползнях, селях, обвалах, лавинах.</p> <p>Написать реферат о разрушительных ураганах, вошедших в историю Сахалина.</p> <p>Подготовить статистику наводнений на Дальнем Востоке.</p> <p>Обозначить на карте Сахалина цунами опасные районы</p> <p>Составить памятку по предупреждению лесных пожаров.</p> <p>Содержание учебного материала</p>	<p>9</p> <p>1/1/1</p>
<p>Тема 2.5 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке</p>	<p>Теоретические занятия</p> <p>1 Состояние природной среды и жизнедеятельность человека</p> <p>Практическое занятие.</p> <p>28 ПДК состава атмосферы, гидросферы, почвы</p> <p>Самостоятельная работа</p> <p>Разработайте программу экологической безопасности Сахалинской области</p> <p>Содержание учебного материала</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1/2/1</p>
<p>Тема 2.6 Терроризм и безопасность человека</p>	<p>Теоретические занятия</p> <p>1 Современный терроризм, его характерные черты и особенности.</p> <p>Практическое занятие.</p> <p>29 Действия в экстремальных ситуациях, связанных с терроризмом.</p> <p>30 Психолого-педагогические основы подготовки к действиям в ЧС.</p> <p>Самостоятельная работа</p> <p>Составить сообщение о сотрудниках спецслужб.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>

1	2	3
Раздел 3. Совершенствование и сохранение здоровья		
Содержание учебного материала		
Тема 3.1. Основы ЗОЖ		
Теоретические занятия		
1	Физическое совершенствование	1
2	Закаливание	1
3	Рациональное питание	1
4	Семья, её значение в жизни человека.	1
5	Формирование правильного взаимоотношения полов.	1
Практическое занятие.		
31	Курение, его влияние на организм	1
32	Алкоголь, его влияние на организм	1
33	Наркомания и токсикомания, их социальные последствия	1
34	Инфекционные заболевания	1
35	Инфекции, передающиеся половым путем	1
36	СПИД, его профилактика	1
Самостоятельная работа		
Составить режим труда и отдыха (индивидуально).		
Рассчитать сбалансированный рацион питания на неделю.		
Ознакомиться с семейным кодексом РФ (СК РФ)		
Подготовить сообщение об инфекциях, к которым в организме вырабатывается естественный иммунитет.		
Оформить буклет о мерах профилактики инфекций, передаваемых половым путем.		
Подготовить сообщение о возможных путях передачи ВИЧ-инфекции.		
Раздел 4. Основы медицинских знаний, первая (доврачебная) помощь		
Содержание учебного материала		
Практическое занятие.		
37	Перезачный материал. Основные правила наложения повязки	1
38	Виды кровотечений.	1
39	Ранения.	1
40	Асептика и антисептика	1
41	Травмы опорно-двигательного аппарата (ОДА)	1
Самостоятельная работа		
Отработать навыки наложения прямой и спиральной повязки.		
Отработать навыки оказания помощи при растяжениях и разрывах связок и мышц.		
Подготовить презентацию о видах травм ОДА		
		3
Тема 4.1. Первая (доврачебная) помощь		
		-/5/3

1	2	3
Раздел 5. Основы военной службы		
Содержание учебного материала		
Теоретические занятия		
1	История создания Вооружённых сил Российской Федерации	1
2	История создания Вооружённых сил Российской Федерации.	1
Практическое занятие.		
42	Состав и организационная структура ВС РФ	1
43	Виды и рода войск ВС РФ	1
44	Система руководства ВС РФ	1
45	Воинская обязанность	1
46	Порядок прохождения военной службы	1
47	Военная присяга	1
48	Боевое знамя воинской части	1
49	Военнослужащие и взаимоотношения между ними	1
50	Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих	1
Самостоятельная работа		
Найти видео- и литературные источники, в которых имеют место факты из истории создания ВС РФ.		
Составить схему органов управления Вооружёнными силами РФ		
Составить схему организационной структуры Вооружённых сил РФ.		
Ознакомиться с датами празднования видов и родов войск Вооружённых сил РФ.		
Ознакомиться с текстом военной присяги		
Ознакомиться с уставом внутренней службы ВС РФ		
Итого: 20/50/35		
Дифференцированный зачет		2

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5.1. Материально-техническое обеспечение.

Для реализации программы предмета имеется учебный кабинет «Основы безопасности жизнедеятельности» с обеспечением свободного доступа в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебных предметов «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- экран;
- принтер;
- электронный стрелковый тир «Рубин».

Оборудование:

- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажер для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий;
- средства индивидуальной защиты (СИЗ): противогазы ГП-5, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-8; сумка санитарная; носилки плащевые;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- масса-габаритный макет автомата Калашникова;

Учебно-методические материалы

- ФГОС по профессии;
- примерная программа, рабочая программа;
- перечень практических аудиторных занятий;
- дидактические материалы по обеспечению аудиторных занятий;
- перечень видов внеаудиторной самостоятельной работы;
- материалы для организации внеаудиторной самостоятельной работы (учебные пособия, электронные средства обучения, методические разработки по отдельным темам).

Средства контроля

- комплект оценочных средств для текущего контроля по темам;
- комплект оценочных средств для итоговой аттестации (материалы дифференцированного зачета).

5.2. Информационное обеспечение обучения

Список литературы:

для студентов:

1. В.Ю.Микрюков, Основы безопасности жизнедеятельности +eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.Ю.Микрюков. – Москва : КНОРУС, 2020. – 290с. – (Среднее профессиональное образование).

для преподавателей:

1. В.Ю.Микрюков, Основы безопасности жизнедеятельности +eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.Ю.Микрюков. – Москва : КНОРУС, 2020. – 290с. – (Среднее профессиональное образование).

дополнительные источники:

1. Косолапова Н.В., Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. и сред. Проф. образования / Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 320с.

2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

3. Богдаев И.Ф., Оказание первой помощи на месте происшествий и в очагах чрезвычайных ситуаций. СПб: ОАО «МЕДИУС», 2005. – с. 312; ил. 130. 3-е издание дополненное и переработанное

интернет-ресурсы:

- <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь;
- <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
- <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
- <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
- <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
- <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
- <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»
- <http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.
- <http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности
- <http://0bj.ru/> Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций
- <http://www.ampe.ru/web/guest/russian> Институт психологических проблем безопасности
- <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
- <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
- <http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии
- <http://www.risk-net.ru> "Открытый урок"
- <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm> Книги, пособия по ОБЖ
- <http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html> методическое пособие для учителей ОБЖ
- <http://www.uchportal.ru/load/81> учительский портал
- <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
- <http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm> Для учителя ОБЖД
- info@russmag.ru Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни
- www.rusolymp.ru. <http://b23.ru/hsnc> Учебное пособие по ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ.

Министерство образования Сахалинской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Сахалинский индустриальный техникум»

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
преподавателей
общеобразовательного
цикла
Протокол № 1
«21» сентября 2022 г.
Руководитель МО
М.Ю. Гаранжа

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УПР
Н.В. Радченко
«21» сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ СИТ
Д. В. Чан
«21» сентября 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦИКЛА
ОУП. 08 АСТРОНОМИЯ**

**базовый уровень
для профессии**

среднего профессионального образования

23.01.06. Машинист дорожных и строительных машин

Объём программы: 54 часа

Формы промежуточной аттестации: Дифференцированный зачёт

Составитель: Т.Г. Балковая,
преподаватель ГБПОУ СИТ

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	
2.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
3.	МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ	
4.	ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ	
5.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
6.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
7.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Астрономия» предназначена для изучения основных вопросов астрономии в профессиональных образовательных организациях, реализующую образовательную программу СОО в пределах освоения ОПОП СПО на базе ООО при подготовке квалифицированных рабочих и служащих, по профессии 23.01.06. Машинист дорожных и строительных машин.

Программа разработана:

1. с учетом требований ФГОС СОО, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Астрономия»;
2. на основе примерной программы общеобразовательной дисциплины «Астрономия» ФГАУ «ФИРО» для реализации ОПОП СПО на базе ООО с получением СПО (Протокол №2 от 18 апреля 2018г.)
3. в соответствии с приказом Минобрнауки России «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» от 29 июня 2017 г. № 613;
4. на основании Письма Минобрнауки России «Об организации изучения учебного предмета — «Астрономия» от 20 июня 2017 г. № ТС-194/08.

Содержание программы учебной дисциплины «Астрономия» направлено на формирование у обучающихся:

- понимание принципиальной роли астрономии в познании фундаментальных законов природы и современной естественно-научной картины мира;
- знаний о физической природе небесных тел и систем, строения и эволюции Вселенной, пространственных и временных масштабах Вселенной, наиболее важных астрономических открытиях, определивших развитие науки и техники;
- умений объяснять видимое положение и движение небесных тел принципами определения местоположения и времени по астрономическим объектам, навыками практического использования компьютерных приложений для определения вида звездного неба в конкретном пункте для заданного времени;
- познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе приобретения знаний по астрономии с использованием различных источников информации и современных образовательных технологий;
- умения применять приобретенные знания для решения практических задач повседневной жизни;
- научного мировоззрения;

– навыков использования естественно-научных, особенно физико-математических знаний для объективного анализа устройства окружающего мира на примере достижений современной астрофизики, астрономии и космонавтики.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО на базе ООО с получением СОО, программы ППКРС.

Изменения, внесенные в рабочую программу по сравнению с примерной программой по общеобразовательной учебной дисциплине

Рабочая программа составлена на основе примерной программой по общеобразовательной дисциплине «Астрономия. Изменения в часах произведено в соответствии с учебным планом ГБПОУ СИТ.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Астрономия – наука, изучающая строение и развитие космических тел, их систем и всей Вселенной.

Методы астрономических исследований крайне разнообразны. Одни из них применяются при определении положения космических тел на небесной сфере, другие — при изучении их движения, третьи — при исследованиях физических характеристик космических тел и т. д. Различными методами и, соответственно, разными инструментами ведутся наблюдения Солнца, туманностей, планет, метеоров, искусственных спутников Земли.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Астрономия» изучается на базовом уровне ФГОС среднего общего образования, основывается на знаниях обучающихся, полученных при изучении физики, химии, географии, математики в основной школе. Важную роль в освоении содержания программы играют собственные наблюдения обучающихся. Специфика планирования и организации этих наблюдений определяется двумя обстоятельствами. Во-первых, они (за исключением наблюдений Солнца) должны проводиться в вечернее или ночное время. Во-вторых, объекты, природа которых изучается на том или ином занятии, могут быть в это время недоступны для наблюдений. При планировании наблюдений этих объектов, в особенности планет, необходимо учитывать условия их видимости.

При невозможности проведения собственных наблюдений за небесными телами их можно заменить на практические задания с использованием современных информационно-коммуникационных технологий, в частности картографических сервисов (Google Maps ⁴

др.).

В зависимости от профиля профессионального образования, специфики осваиваемых профессий СПО или специальностей СПО последовательность и глубина изучения тем общеобразовательной дисциплины «Астрономия» могут иметь свои особенности.

Это выражается через содержание обучения, количество часов, выделяемых на изучение отдельных тем программы, глубину их освоения обучающимися, через объем и характер практических занятий, виды внеаудиторной самостоятельной работы студентов.

При отборе содержания учебной дисциплины «Астрономия» использован междисциплинарный подход, в соответствии с которым обучающиеся должны усвоить знания и умения, необходимые для формирования единой целостной естественно-научной картины мира, определяющей формирование научного мировоззрения, востребованные в жизни и в практической деятельности.

В целом учебная дисциплина «Астрономия», в содержании которой ведущим компонентом являются научные знания и научные методы познания, не только позволяет сформировать у обучающихся целостную картину мира, но и пробуждает у них эмоционально-ценностное отношение к изучаемому материалу, готовность к выбору действий определенной направленности, умение использовать методологию научного познания для изучения окружающего мира.

В процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС) подведение результатов обучения по учебной дисциплине «Астрономия» осуществляется в рамках промежуточной аттестации.

3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Дисциплина «Астрономия» входит в состав предметной области «Естественные науки» ФГОС среднего общего образования и изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС). В учебных планах ППКРС место учебной дисциплины «Астрономия» в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, обязательных для освоения вне зависимости от профиля профессионального образования, получаемой профессии или специальности.

4. ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Освоение содержания учебной дисциплины «Астрономия» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

• личностных:

– сформированность научного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития астрономической науки;

- устойчивый интерес к истории и достижениям в области астрономии;
- умение анализировать последствия освоения космического пространства для жизни и деятельности человека;

• метапредметных:

– умение использовать при выполнении практических заданий по астрономии такие мыслительные операции, как постановка задачи, формулирование гипотез, анализ и синтез, сравнение, обобщение, систематизация, выявление причинно-следственных связей, поиск аналогов, формулирование выводов для изучения различных сторон астрономических явлений, процессов, с которыми возникает необходимость сталкиваться в профессиональной сфере;

– владение навыками познавательной деятельности, навыками разрешения проблем, возникающих при выполнении практических заданий по астрономии;

– умение использовать различные источники по астрономии для получения достоверной научной информации, умение оценить ее достоверность;

– владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения по различным вопросам астрономии, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме астрономического характера, включая составление текста и презентации материалов с использованием информационных и коммуникационных технологий;

• предметных:

– сформированность представлений о строении Солнечной системы, эволюции звезд и Вселенной, пространственно-временных масштабах Вселенной;

– понимание сущности наблюдаемых во Вселенной явлений;

– владение основополагающими астрономическими понятиями, теориями, законами и закономерностями, уверенное пользование астрономической терминологией и символикой;

– сформированность представлений о значении астрономии в практической деятельности человека и дальнейшем научно-техническом развитии;

– осознание роли отечественной науки в освоении и использовании космического пространства и развитии международного сотрудничества в этой области.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

- текущий контроль;
- практические работы;
- внеаудиторная самостоятельная работа;
- дифференцированный зачёт.

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 1

№	Наименование разделов
1	ВВЕДЕНИЕ -Астрономия, ее связь с другими науками. -Всеволновая астрономия: электромагнитное излучение как источник информации о небесных телах.
2	ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ АСТРОНОМИИ - история развития астрономии - Звездное небо - Оптическая астрономия - Изучение околоземного пространства - Астрономия дальнего космоса
3	УСТРОЙСТВО СОЛНЕЧНОЙ СИСТЕМЫ - Система «Земля—Луна» - Планеты земной группы -Планеты-гиганты -Астероиды и метеориты. -Кометы и метеоры -Исследования Солнечной системы
4	СТРОЕНИЕ И ЭВОЛЮЦИЯ ВСЕЛЕННОЙ -Расстояние до звезд -Физическая природа звезд -Двойные звезды -Открытие экзопланет -Наша Метагалактика -Происхождение и эволюция звезд. -Происхождение планет -Жизнь и разум во Вселенной

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Астрономия» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ) максимальная учебная нагрузка обучающихся вне зависимости от профиля профессионального образования, получаемой профессии или специальности составляет 54 часа. Из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка обучающихся, включая практические занятия, — 36 часов, их них практические работы – 12 часов, дифференцированный зачёт – 1 час., внеаудиторная самостоятельная работа студентов — 18 часов.

Распределение часов, отводимое на освоение общеобразовательной учебной дисциплины, по семестрам.

Таблица 2

№ п/п	Нагрузка обучающегося	Номер семестра						Всего часов
		1	2	3	4	5	6	
1	Максимальной учебной нагрузки				54			54
	Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося				36			36
	В том числе	Занятий на уроках			23			23
		Практических работ			12			12
2	Самостоятельной работы обучающегося				18			18
	Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета				1			1

Примерные темы рефератов(докладов, исследовательских проектов

1. Астрономия — древнейшая из наук.
2. Современные обсерватории.
3. Об истории возникновения названий созвездий и звезд.
4. История календаря.
5. Хранение и передача точного времени.
6. История происхождения названий ярчайших объектов неба.
7. Прецессия земной оси и изменение координат светил с течением времени.
8. Системы координат в астрономии и границы их применимости.
9. Античные представления философов о строении мира.
10. Точки Лагранжа.
11. Современные методы геодезических измерений.
12. История открытия Плутона и Нептуна.
13. Конструктивные особенности советских и американских космических аппаратов. 14. Полеты АМС к планетам Солнечной системы.
15. Проекты по добыче полезных ископаемых на Луне.
16. Самые высокие горы планет земной группы.
17. Современные исследования планет земной группы АМС.
18. Парниковый эффект: польза или вред?
19. Полярные сияния.
20. Самая тяжелая и яркая звезда во Вселенной.
21. Экзопланеты.
22. Правда и вымысел: белые и серые дыры.
23. История открытия и изучения черных дыр.
24. Идеи множественности миров в работах Дж. Бруно.
25. Идеи существования внеземного разума в работах философов-космистов.
26. Проблема внеземного разума в научно-фантастической литературе.
27. Методы поиска экзопланет.
28. История радиопосланий землян другим цивилизациям.
29. История поиска радиосигналов разумных цивилизаций.
30. Методы теоретической оценки возможности обнаружения внеземных цивилизаций на современном этапе развития землян.
31. Проекты переселения на другие планеты: фантазия или осуществимая реальность

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, контрольные, лабораторные и практические работы	Объем часов
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
4 семестр (теории – 23 часа, практики – 12 часов, диф.зачет – 1 час, самостоятельной работы – 18 часов)		
Глава 1. Введение	1. Астрономия, ее связь с другими науками. Роль астрономии в развитии цивилизации.	2/2/2
	Практическое занятие: №1 Составить таблицу «Современные космические и наземные обсерватории»	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа №1: Графическое изображение связь астрономии с другими науками.	2
Глава 2 История развития астрономии	Содержание учебного материала:	2/6/6
	1. Астрономия в древности. Звездное небо.	2
	2. Летоисчисление и его точность	2
	3. Оптическая астрономия. Астрономия дальнего космоса.	2
	Практическое занятие: №2 Типы календарей на Востоке, Европе.	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа №2 Составит презентацию « Рейтинг необычных телескопов».	6
	Содержание учебного материала:	4/8/4
	1. Гипотезы происхождения солнечной системы. Видимое движение планет.	2
	2. Природа луны. Система земля – луна. Природа луны. Планеты земной группы.	2
Глава 3. Солнечная система.	Практическое занятие: №3 Составить реголит-химическая и физическая характеристики.	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа №3 Сообщение «Планеты земной группы»	4
	3. Планеты-гиганты, карликовые, искусственные. Природа Меркурия, Венеры и Марса.	2
	Практическое занятие: № 4 Планеты гиганты. Характеристика. Особенности строения. Кольца.	2
	4. Солнце. Солнце и жизнь на земле. Небесная механика. Искусственные тела Солнечной системы.	2
	Содержание учебного материала:	4/8/6
	1. Расстояние до звезд. Виды звезд. Звездные системы.	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа №4 Подготовить сообщение «Взаимодействующие галактики».	2
Глава 4. Строение и эволюция вселенной.	Практическое занятие: № 5. Составить таблицу «Классификация космических систем по физическим характеристикам»	2
	2. Жизнь и разум во вселенной. Перспективы развития астрономии и космонавтики	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа № 5 Презентация «Защита от астероидной опасности»	4
	3. Млечный путь. Типы галактик. Мегалактика.	2
	4. Эволюция галактик и звезд.	2
	Практическое занятие: № 6. Графическое изображение возникновения спиральных рукавов в галактиках	1
	Дифференцированный зачёт	1
	Всего	12/36/18

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

7.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия:

- учебного кабинета астрономии;

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор.

Оборудование учебного кабинета:

- Рабочие места на 25 обучающихся
- Автоматизированное рабочее место преподавателя;
- Интерактивная доска, проектор, кронштейн;
- Лицензионное программное обеспечение общего назначения;
- Выход в глобальную сеть;
- Магнитно-маркерная доска;
- Статические, динамические, демонстрационные и раздаточные модели;
- Комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- Комплект учебно-методической документации;
- Фонд оценочных средств по предмету;
- Коллекция цифровых образовательных ресурсов;
- Электронные методические пособия по астрономии;
- Библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебного предмета «Астрономия», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной, научно-популярной и другой литературой по математике.

В процессе освоения программы учебного предмета «Астрономия» студенты должны получить возможность доступа к электронным учебным материалам по математике, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

7.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Астрономия: учеб. для студентов учреждений сред. проф. образования/ [Е. В. Алексеева, П.М. Скворцова, Т.С. Фещенко, Л. А. Шестакова]: под. ред. Т.С. Фещенко, - М.: Издательский центр «Академия», 2018г. - 256 с.
2. Астрономия. Базовый уровень. 11 класс Б.А. Воронцов -Вельяминов, Е.К. Страут -М.: Дрофа, 2018
3. Воронцов-Вельяминов Б. А., Страут Е. К. «Астрономия». 11 класс». -М.: Дрофа, 2017. Учебник с электронным приложением.
4. Чаругин В. М. Астрономия. Учебник для 10—11 классов / В. М. Чаругин.— М: Просвещение, 2019.

Дополнительные источники:

1. Е.П. Левитан «Астрономия 11 класс» -М.: Дрофа, 2011 г
2. Космос сквозь Вселенную на CD
3. М.М Дагаев, В.М. Чаругин. Книга для чтения по астрономии. Астрофизика. М.: Просвещение, 1998 г.
4. Открытая астрономия, мультимедийный курс на CD.
5. Энциклопедия «Я познаю мир. Космос», М.: АСТ: Хранитель, 2008.
6. Энциклопедия Кирилла и Мефодия на DVD
7. Энциклопедия по астрономии, мультимедийный курс на CD образовательных учреждений. Москва «Просвещение» 2008.

Периодические издания:

1. «Астрономия»
2. Астрономия (приложение к газете 1 сентября)

Интернет ресурсы:

1. www.fcior.edu.ru (Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов).
2. <http://www.astronet.ru/>
3. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
4. www.booksgid.com (Boo^Gid. Электронная библиотека).
5. www.globalteka.ru (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
6. www.window.eda.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
7. www.st-books.ru (Лучшая учебная литература).
8. www.school.edu.ru (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
9. www.ru-book (Электронная библиотечная система).
10. www.alleng.ru/edu/phys.htm (Образовательные ресурсы Интернета — Физика).
11. www.school-collection.edu.ru (Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов).
12. <https://fiz.1september.ru> (учебно-методическая газета «Астрономия»).
13. www.nclphys.sinp.msu.ru (Ядерная физика в Интернете)
14. www.yos.ru/natural-sciences/html (естественно-научный журнал для молодежи «Путь в науку»).
15. www.sguiv.ru/experiment
16. http://www.gnpbu.ru/web_resurs_Estesty_nauki.htm. Подборка интернет-материалов для учителей физики и астрономии
18. <http://physics.iiso.ru> Лаборатория обучения физики и астрономии ИСМО РАО