

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Аксенова Татьяна Алексеевна

Должность: Директор «РЕГИОНАЛЬНЫЙ ФИНАНСОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

Дата подписания: 25.06.2021 09:15

Идентификатор ключа:

6f9e8fef93cabde10122c8f7fc537251900c0bb6ec4d7b290b531dcdaadce5ea

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ АССОЦИАЦИЯ

Циклов: управление, коммерции и гуманитарных дисциплин

Утверждаю
зам. директора по УР

Ю.И. Петренко

«26» июня 2020 г.



Рабочая программа учебного предмета

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по специальности среднего профессионального образования 38.02.04 Коммерция (по отраслям) (базовой подготовки)

(Общеобразовательный цикл)

Курс
2020

Рабочая программа учебного предмета разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 38.02.04 «Коммерция (по отраслям)» (базовой подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 мая 2014 года № 539, на основе требований, предъявляемых к структуре и результатам освоения базового курса физическая культура Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, 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 специальности среднего профессионального образования.

Составитель:  Смецкой С.Я., преподаватель цикловой комиссии управления, коммерции и гуманитарных дисциплин РФЭТ

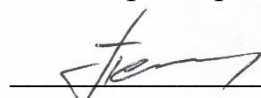
Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании цикловой комиссии управления, коммерции и гуманитарных дисциплин, протокол № 10 от «26» июня 2020 г.

Председатель цикловой комиссии  С.В. Долженков

**Изменения в рабочей программе
по учебному предмету «Физическая культура»
на 2021 /2022 уч. г.**

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе

 Ю.И. Петренко

«25» июня 2021 г.

Рабочая программа утверждена без изменений на заседании цикловой комиссии управления, коммерции и гуманитарных дисциплин, протокол № 8 от «25» июня 2021 г.

Председатель цикловой комиссии  С.В. Долженков

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения рабочей программы:

Программа общеобразовательного учебного предмета «Физическая культура» является частью общеобразовательной подготовки обучающихся в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.04 «Коммерция (по отраслям)» (базовой подготовки), ФГОС среднего общего образования, предназначена для изучения в РФЭТ при реализации образовательной программы среднего общего образования для лиц, обучающихся на базе основного общего образования в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) с учетом получаемой специальности СПО.

1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебный предмет «Физическая культура» является составляющей обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. Учебный предмет «Физическая культура» изучается на базовом уровне с учетом получаемой специальности СПО.

В учебных планах ППССЗ место учебного предмета «Физическая культура» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

1.3. Цели и задачи учебного предмета - требования к результатам освоения:

Целью освоения учебного предмета «Физическая культура» является формирование систематизированных знаний в области физической культуры и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи изучения учебного предмета:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, формам активного отдыха и досуга.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

личностных, отражающих:

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно

принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

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

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

метапредметных, отражающих:

1) сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;

2) знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;

3) владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;

4) умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

предметных, отражающих:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;

б) для слепых и слабовидящих обучающихся:

сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;

сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;

7) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;

овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

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

овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен:

Знать:

- знать современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью (З-1);
- знать основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств (З-2);
- сформировать приемы осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий (З-3);
- сформировать представления о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни (З-4);
- знать современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений (З-5);

- знать доступные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств (З-6);

Уметь:

- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) (У-1);
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности (У-2);
- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности (У-3);
- овладеть доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности (У-4);
- овладеть доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности (У-5).

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной программы учебного предмета:

максимальная учебная нагрузка обучающегося – 176 часов, включая:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 2 часа;
самостоятельной работы обучающегося - 174 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	176
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	2
в том числе:	
лекции	2
практические занятия	0
Внеаудиторная самостоятельная работа	174
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
<p>Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. Основы здорового образа жизни</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Физическая культура, спорт, ценности физической культуры, физическое совершенство, физическое воспитание, психофизическая подготовка, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность. Двигательная активность, профессиональная направленность физического воспитания, роль физической культуры и спорта в развитии общества. Социальные функции физической культуры и спорта. Современное состояние физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования. Роль физической культуры и спорта в подготовке обучающихся к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям. Роль жизненно необходимых умений и навыков в психофизической подготовке. Деятельностная сущность физической культуры в сфере учебного и профессионального труда. Краткая характеристика ценностных ориентаций обучающихся на физическую культуру и спорт. Основные положения организации физического воспитания.</p> <p>Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности. Влияние образа жизни на здоровье. Влияние условий окружающей среды на здоровье. Наследственность и меры здравоохранения. Их влияние на здоровье. Здоровье в иерархии потребностей культурного человека. Влияние культурного развития личности на отношение к самому себе. Система знаний о здоровье. Направленность поведения человека на обеспечение своего здоровья. Методы определения индивидуально-психологических особенностей личности. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития обучающихся. Направленность образа жизни обучающихся, ее характеристика. Способы регуляции образа жизни.</p> <p>Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни: режим труда, отдыха, питания, двигательная активность, закаливание, профилактика вредных привычек, требования санитарии и гигиены, учет экологии окружающей среды, культура межличностного общения, сексуального поведения, психофизическая саморегуляция.</p> <p>Адекватное и неадекватное отношение к здоровью, его самооценка студентами и отражение в реальном поведении личности. Ориентация на здоровье у лиц, отнесенных к интериалам и экстериалам. Ценностные ориентации обучающихся на здоровый образ</p>	<p>2</p>

	<p>жизни. Отражение здорового образа жизни в формах жизнедеятельности обучающихся. Сущность и значение использования психопрофилактики и психогигиены в жизнедеятельности. Необходимость активности личности в приобщении к здоровому образу жизни. Жизненные, психологические, функциональные и поведенческие критерии использования здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.</p>	
	<p>Самостоятельная работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проработка учебного материала. 2. Тестирование по изученной теме. 3. Подготовка презентаций по изученной теме. 4. Подготовка рефератов по изученной теме. 5. Индивидуальные занятия в спортивных секциях. 	58
<p>Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры и спорта</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Его анатомические, морфологические, физиологические и биохимические функции. Функциональные системы организма. Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы. Их воздействие на организм и жизнедеятельность. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Утомление при физической и умственной работе: компенсированное, некомпенсированное, острое, хроническое. Восстановление. Биологические ритмы и работоспособность. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм. Средства физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости к физической и умственной деятельности.</p> <p>Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. Обмен веществ и энергии, кровь и кровообращение, сердце и сердечно – сосудистая система, дыхательная система, опорно-двигательный аппарат (костная система, суставы, мышечная система), органы пищеварения и выделения, сенсорные системы, железы внутренней секреции, нервная система. Регуляция деятельности организма: гуморальная и нервная. Особенности функционирования центральной нервной системы. Рефлекторная природа двигательной деятельности. Образование двигательного навыка. Рефлекторные механизмы совершенствования двигательной активности. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды: активность и устойчивость психических функций, развитие речи и мышления, особенно на ранних этапах онтогенеза, нарушение биологических ритмов, внимание в условиях дефицита времени, эмоционального напряжения, стресса, его сосредоточение и переключение, работа в замкнутом пространстве, резко меняющиеся погодные условия,</p>	

	<p>микроклимат, вибрация, укачивание, невесомость, проникающая радиация.</p> <p>Самостоятельная работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проработка учебного материала. 2. Индивидуальные занятия в спортивных секциях. 3. Тестирование по изученной теме. 4. Подготовка докладов по изученной теме. 	58
<p>Тема 3. Спорт в физическом воспитании обучающихся</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Определение понятия спорт. Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый спорт. Его цели и задачи. Спорт высших достижений. Спортивная классификация, ее структура. Национальные виды спорта. Студенческий спорт. Его организационные способности. Спорт в элективном курсе учебной дисциплины «Физическая культура». Особенности организации учебных занятий по видам спорта в основном и спортивном отделениях. Специальные зачетные требования и нормативы. Спорт в свободное время обучающихся. Разновидность занятий и их организационная основа. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и контроля их эффективности. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации и объединения. Международные студенческие спортивные соревнования. Всемирные студенческие спортивные игры (универсиады). Участие обучающихся в Олимпийском движении. Нетрадиционные виды спорта и системы физических упражнений. Оздоровительные системы физических упражнений в элективном курсе учебной дисциплины «Физическая культура». Особенности организации учебных занятий, специальные зачетные требования и нормативы. Организационные основы занятий различными оздоровительными системами физических упражнений в свободное время обучающихся. Мотивационные варианты и обоснование индивидуального выбора студентом отдельных видов спорта или систем физических упражнений для регулярных занятий в учебное и свободное время. Выбор видов спорта и систем физических упражнений с целью:</p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепления здоровья, коррекции отдельных недостатков физического развития и телосложения; - повышение функциональных возможностей организма; - психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности и овладения жизненно необходимыми умениями и навыками; - достижения наивысших спортивных результатов. <p>Краткая психофизическая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физических упражнений, развивающих преимущественно выносливость, силу, скоростно-силовые качества и быстроту, гибкость, координацию</p>	

	движений (ловкость). Виды спорта комплексного разностороннего воздействия на организм занимающихся	
	Самостоятельная работа <ol style="list-style-type: none"> 1. Проработка учебного материала. 2. Посещение тренажерного зала. 3. Выполнение комплекса упражнений по образцу. 4. Подготовка презентаций по изученной теме. 5. Подготовка рефератов по изученной теме. 6. Подготовка к дифференцированному зачету. 	58
Итого		176

3. КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО – ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Смотри приложение №1.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Учебный процесс обеспечивается спортивным инвентарём и оборудованием, необходимым для проведения практических занятий по физкультуре.

Имеются в наличии два специализированных зала, оборудованных фитнес – тренажерами для силовых видов спорта (тяжёлая атлетика, силовое троеборье, гиревой спорт, пауэрлифтинг), зал для дзюдо, зал для аэробики, зал для акробатики, также имеется спортивная площадка для занятий волейболом, баскетболом и футболом.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература

1. Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие / Хуббиев Ш.З., Лукина С. - СПб: СПбГУ, 2018. - 272 с. (эл. ресурс new.znaniium.com).
Режим доступа: <https://new.znaniium.com/read?id=332865>
2. Физическая культура: Курс лекций. [Электронный ресурс – образовательное пространство обучающегося]; Региональный финансово-экономический техникум. – Курск, 2020.
Режим доступа: <https://com.rfet.ru/course/~tgKb>

Дополнительная литература

1. Гурьев, С. В. Физическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста : учебно-методическое пособие / С.В. Гурьев. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 218 с. — (Среднее профессиональное образование) (эл. ресурс new.znaniium.com).
2. Дедулевич М.Н., Шишкина В.А. Методика физического воспитания детей. — Минск: РИПО 2016 г.— 233 с. — Электронное издание (эл. ресурс ibooks.ru).
3. Кожухова, Н. Н. Методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова ; под ред. С.А. Козловой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 312 с. — (Среднее профессиональное образование) (эл. ресурс new.znaniium.com).
4. Семенова, Т. А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях : учебник / Т. А. Семенова. — Москва : ИНФРА-М, 2018. — 448 с. — (Среднее профессиональное образование) (эл. ресурс new.znaniium.com).
5. Физиологические основы здоровья : учебное пособие / Н.П. Абаскалова, Р.И. Айзман, Е.Н. Боровец [и др.] ; отв. ред. Р.И. Айзман. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 351 с. (эл. ресурс new.znaniium.com).

Интернет-ресурсы

1. Электронная библиотека Регионального финансово-экономического техникума - <http://students.rfet.ru/a/students/library.jspx>
2. Электронная библиотека Регионального финансово-экономического института - <http://lib.rfet.ru/>
3. Электронная библиотека «Знаниум» - <https://new.znaniium.com>
4. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru/>
5. Российская Государственная Библиотека - <http://www.rsl.ru/>

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам - <http://window.edu.ru/>
7. Министерство образования и науки РФ ФГАУ «ФИРО» - <http://www.firo.ru/>
8. Портал «Всеобуч» - справочно-информационный образовательный сайт, единое окно доступа к образовательным ресурсам - <http://www.edu-all.ru/>
9. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - <http://school-collection.edu.ru/>

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания,)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); • владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; • владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности; • овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; • овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. 	<p>Оценка выполнения самостоятельных работ;</p> <p>Оценка выполнения докладов/рефератов;</p> <p>Оценка выполнения презентаций;</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знание современных технологий укрепления и сохранения здоровья, 	

поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- знание основных способов самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;
- сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;
- знание современных технологий укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;
- знание доступных способов самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.