

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ГУБЕРНСКИЙ КОЛЛЕДЖ Г. СЫЗРАНИ»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ ГБПОУ «ГК г. Сызрани»  
от «16» 05 2022 г. № 250-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**общепрофессиональный цикл  
основной образовательной программы  
по профессии:**

**08.01.26 Мастер по ремонту и обслуживанию инженерных систем жилищно-коммунального  
хозяйства**

**Сызрань, 2022 г.**

## **РАССМОТРЕНА**

Предметной (цикловой) комиссией  
общепрофессиональных и профессиональных циклов

от « 27 » 04 2022 г. протокол № 8

**Составитель:** Д.В.Лисин, преподаватель дисциплины ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

**Внутренняя экспертиза (техническая и содержательная):** И.Н. Ежкова, методист строительного профиля ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями к оформлению, установленными в ГБПОУ «ГК г. Сызрани».

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы по профессии 08.01.26 Мастер по ремонту и обслуживанию инженерных систем жилищно-коммунального хозяйства

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
5. ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	15
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	17
КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ И ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	16
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 СОПОСТАВЛЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ДЕМОНСТРАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА ПО СОСТОЯНИЮ НА ИЮНЬ 2022 ГОДА. ПО КОМПЕТЕНЦИИ 15 САНТЕХНИКА И ОТОПЛЕНИЕ	18

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Физическая культура

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – УД) является частью основной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих ГБПОУ «ГК г. Сызрани» по специальности СПО **08.01.26 Мастер по ремонту и обслуживанию инженерных систем жилищно-коммунального хозяйства**, разработанной в соответствии с ФГОС.

Рабочая программа составляется для очной формы обучения.

**Место дисциплины в структуре основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина входит в общепрофессиональный цикл

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

По результатам освоения дисциплины ОП.05. Физическая культура у обучающихся должны быть сформированы образовательные результаты в соответствии с ФГОС СПО (ПООП\*):

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 02-06 ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ППКРС по специальности **08.01.26 Мастер по ремонту и обслуживанию инженерных систем жилищно-коммунального** и формирования общих компетенций (ОК):

ОК 02 – Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03 – Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04 – Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 05 – Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06 – Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

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

Вариативная часть:

По результатам освоения дисциплины ОП.05. Физическая культура у обучающихся должны быть сформированы вариативные образовательные результаты, ориентированные на запросы организаций регионального рынка труда.

**1.3.Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Всего - 45 часов, в том числе:

- всего во взаимодействии с преподавателем - 37 часов, в том числе:

теоретическое обучение - 0 часов,

лабораторные и практические занятия - 37 часов,

- самостоятельная работа - 8 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	45
Самостоятельная работа	8
Объем образовательной программы	37
в том числе:	
теоретическое обучение	0
лабораторные работы	не предусмотрено
практические занятия	35
контрольная работа	не предусмотрено
консультации	не предусмотрено
промежуточная аттестация	2
Самостоятельная работа	не предусмотрено
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<b>Раздел 1.</b>	<b>Основы физической культуры</b>	*	
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	
			ОК 02-06
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 08
	Практическое занятие		
	1   Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья	<b>2</b>	
2   Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств			
Самостоятельная работа обучающихся	<b>Не предусмотрено</b>		
<b>Раздел 2.</b>	<b>Легкая атлетика</b>		
Тема 2.1. Техника бега на короткие дистанции и прыжок в длину с места	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06
			ОК 08
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие		
	3-4   Овладение и закрепление техники бега на короткие дистанции	<b>2</b>	
	5-6   Совершенствование техники прыжка в длину с места	<b>2</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся	<b>1</b>	
Выполнение упражнений			
Тема 2.2. Техника бега на длинные дистанции.	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06
			ОК 08
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие		
7-8   Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования	<b>2</b>		

	9-10	Разучивание комплексов специальных упражнений	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
		Выполнение упражнений		
Тема 2.3. Техника бега на средние дистанции		Содержание учебного материала	Не предусмотрено	ОК 02-06 ОК 08
		Лабораторные работы	Не предусмотрено	
		Практическое занятие		
	11-12	Выполнение контрольного норматива: бег 100 метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	2	
	13-14	Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
		Выполнение упражнений		
<b>Раздел 3.</b>		<b>Баскетбол</b>		
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места		Содержание учебного материала		ОК 02-06 ОК 08
			Не предусмотрено	
		Лабораторные работы	Не предусмотрено	
		Практическое занятие		
	15-16	Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места	2	
	17-18	Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
	Выполнение упражнений			
Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок		Содержание учебного материала	Не предусмотрено	ОК 02-06 ОК 08
		Лабораторные работы	Не предусмотрено	
		Практическое занятие		
	19-20	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	2	
	21-22	Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	Не предусмотрено		



Тема 3.3. Техника выполнения работы с мячом и перемещений баскетболиста	Содержание учебного материала		<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы		<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие			
	23	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу	<b>1</b>	
	24	Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Выполнение упражнений			
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.	Содержание учебного материала		<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы		<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие			
	25	Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцом	<b>1</b>	
	26	Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся		<b>1</b>	
	Выполнение упражнений			
<b>Раздел 4</b>	<b>Волейбол</b>			
Тема 4.1. Техника перемещений, передачи мяча и отработка тактики игры	Содержание учебного материала		<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы		<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие			
	27-28	Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке: Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения	<b>2</b>	
	29	Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча ,групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся		<b>Не предусмотрено</b>	
Тема 4.2.	Содержание учебного материала		<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06

Техника нижней подачи и приёма после неё.	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 08
	Практическое занятие		
	30 Отработка техники нижней подачи и приёма после неё	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся	<b>1</b>	
	Выполнение упражнений		
Тема 4.3. Техника прямого нападающего удара.	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие		
	31 Отработка техники прямого нападающего удара	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся	<b>Не предусмотрено</b>	
Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом.	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие		
	32 Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке	<b>1</b>	
	33 Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся	<b>Не предусмотрено</b>	
<b>Раздел 5.</b>	<b>Гимнастика</b>		
Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Содержание учебного материала	<b>Не предусмотрено</b>	ОК 02-06 ОК 08
	Лабораторные работы	<b>Не предусмотрено</b>	
	Практическое занятие		
	34 Выполнение упражнений для развития различных групп мышц	<b>1</b>	
	35 Круговая тренировка на 5 - 6 станций	<b>1</b>	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Выполнение упражнений	<b>1</b>	
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>45</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

Спортивный зал, оснащенный оборудованием:

Сетка волейбольная

Щит баскетбольный

Тренажер многофункциональный

Тренажер Гиперэкстензия

Скамья для жима лежа

Тренажер скамья скотта

Тренажер тяга т-грифа

Стол теннисный

Скамья гимнастическая

Мат гимнастический

Козел гимнастический

Мостик гимнастический универсальный

Мяч волейбольный массовый

Мяч баскетбольный

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы** (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы).

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

##### **Основные источники:**

1. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры : учебное пособие для спо / А. В. Журин. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3.
2. Орлова, Л. Т. Настольный теннис : учебное пособие для спо / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-6670-2.
3. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2.

##### **Основные электронные издания**

1. Журин, А. В. Волейбол. Техника игры : учебное пособие для спо / А. В. Журин. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156624> (дата обращения: 11.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Орлова, Л. Т. Настольный теннис : учебное пособие для спо / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-6670-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/151215> (дата обращения: 11.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения <sup>1</sup>	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Умения:</i>		
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Количество правильных ответов, правильно выполненных заданий 90 ÷ 100 % правильных ответов – 5 (отлично) 80 ÷ 89 % правильных ответов – 4 (хорошо) 70 ÷ 79% правильных ответов – 3 (удовлетворительно) менее 70% правильных ответов 2 (не удовлетворительно)	Практическая работа, выполнение индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов.
<i>Знания:</i>		
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	Количество правильных ответов, правильно выполненных заданий 90 ÷ 100 % правильных ответов – 5 (отлично) 80 ÷ 89 % правильных ответов – 4 (хорошо) 70 ÷ 79% правильных ответов – 3(удовлетворительно) менее 70% правильных ответов – 2 (не удовлетворительно)	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование

<sup>1</sup> В ходе оценивания могут быть учтены личностные результаты.



ПРИЛОЖЕНИЕ 1

**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ  
И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ, И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема учебного занятия</b>	<b>Кол- во часов</b>	<b>Активные и интерак- тивные формы и мето- ды обучения</b>	<b>Формируемые ОК, ПК, знания и умения</b>
1.		1	Презентации с использо- ванием различных вспомогательных средств с обсуждением	
2.		1	Деловая игра	
3.		1	Работа в малых группах	

**КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ И ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Оценка					
				Юноши			Девушки		
				5	4	3	5	4	3
1	Скоростные	Бег 30 м, с	16	4,4 и выше	5,1-4,8	5,2 и	4,8 и	5,9-5,3	6,1
			17	4,3	5,0-4,	Ниже	Выше	Ниже	6,1
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	16	7,3 и выше	8,0-7,7	8,2 и	8,4 и	9,3-8,7	9,7
			17	7,2	7,9-7,5	ниже	выше	ниже	9,6
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	16	230 и выше	195-210	180 и	210 и	170-190	160
			17	240	205-220	ниже	выше	Ниже	160
4	Выносливость	6-минутный бег, м	16	1500 и выше	1300-1400	1100 и	1300 и	1050-1200	900 и
			17	1500	1300-1400	ниже	выше	ниже	900
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16	15 и выше	9-12	5 и ни-	20 и	12-14	7 и ни-
			17	15	9-12	же	выше	ниже	7
6	Силовые	Подтягивания: на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа, кол-во (девушки)	16	11 и выше	8-9	4 и ни-	18 и	13-15	6 и ни-
			17	12	8-9	же	выше	ниже	6

**ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Тесты	Оценка		
	5	4	3
1.Бег 3000 м (мин, с).	12,30	14,00	б/вр
2.Плавание 50 м (мин, с)	45,00	52,00	б/вр
3.Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз каждой ноге).	10	8	5
4.Прыжок в длину с места (см).	230	210	190
5.Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5



6.Силовой тест – подтягивание на высокой перекладине (количество раз).	13	11	8
7.Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз).	12	9	7
8.Координационный тест – челночный бег 3x10 м (с).	7,3	8,0	8,3
9.Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз).	7	5	3
10.Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики; -производственной гимнастики; (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

### **ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1.Бег 2000 м (мин, с).	11,00	13,00	б/вр
2.Плавание 50 м (мин, с).	1,00	1,20	б/вр
3.Прыжки в длину с места (см).	190	175	160
4.Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге).	8	6	4
5.Силовой тест – подтягивание на низкой перекладине (количество раз).	20	10	5
6.Координационный тест – челночный бег 3x10м (с).	8,4	9,3	9,7
7.Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м).	10,5	6,5	5,0
8.Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики; -производственной гимнастики; -релаксационной гимнастики (из 10 баллов).	До 9	До 8	До 7,5

### **ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА**

1. Легкая атлетика:
  - кроссовая подготовка – 2000-3000 м. – без учета времени;
2. Волейбол:
  - игра в парах через сетку – с учетом времени;
  - подача мяча – произвольная форма;
  - 2-х сторонняя командная игра;
3. Баскетбол:
  - техника ведения мяча – произвольная форма;
  - броски мяча в корзину – штрафные, 3-х очковые, боковые, из- под кольца

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

**Сопоставление требований демонстрационного экзамена по состоянию на июнь 2022 года.  
по компетенции 15 Сантехника и отопление и образовательных результатов  
УД ОП.11 Физическая культура**

Требования ДЭ	Образовательные результаты дисциплины	Наименование разделов/тем в рабочей программе по дисциплине
<b>Уметь</b>	<b>Уметь:</b>	
- Выполнять работы с соблюдением требований охраны труда - Контролировать соблюдение требований охраны труда	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Раздел 1. Основы физической культуры Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента
<b>Знать</b>	<b>Знать:</b>	
Требования охраны труда	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	