


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

2021 г.

Рассмотрено
на заседании МОПОД
Протокол № 9 от 18.05.2021
Председатель МОПОД
 Дубынина В.В.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

1. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»

2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. № 1578 «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»

3. Приказа Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. № 1565 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело»

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Братский торгово-технологический техникум» (далее – ГБПОУ ИО БТТТ)

Разработчик:

Якушин Владимир Витальевич, руководитель физического воспитания
Тимофеев Антон Андреевич, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	№4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	№6
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	№10
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	№17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее - ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, входящей в состав укрупнённой группы специальностей 43.00.00 Сервис и туризм.

Включает в себя: паспорт рабочей программы дисциплины, структуру и содержание дисциплины, условия реализации дисциплины, контроль и оценку результатов освоения дисциплины.

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ: дисциплина входит в профессиональный цикл ППССЗ.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен	№ дидактической единицы	Формируемая дидактическая единица
Уметь		
	У. 1	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
	У. 2	применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
	У. 3	пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)
Знать		
	3. 1	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
	3. 2	основы здорового образа жизни;
	3. 3	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
	3. 4	средства профилактики перенапряжения
Формируемые компетенции (если имеется)		
	ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
	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 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.
	ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
	ОК 10.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины.

Объем образовательной нагрузки 164 часов, в том числе:

Всего занятий 164 часов:

Теоретического обучения 2 часа;

Практические занятия 162 часов;

Промежуточная аттестация: Дифференцированный зачет

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	164
Всего занятий	164
теоретического обучения	2
практические занятия	162
Промежуточная аттестация в форме Дифференцированного зачета	

2.2. Учебная работа

Виды учебной работы	2 курс		3 курс		4 курс		Всего часов
	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр	
Объем образовательной нагрузки	32	32	20	36	28	16	164
Всего занятий	32	32	20	36	28	16	164
теоретического обучения	2	-	-	-	-	-	2
практические занятия	30	32	20	36	28	16	162
Промежуточная аттестация в форме Дифференцированного зачета							

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	№ учебного занятия	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, консультации, самостоятельная работа обучающегося	Методические характеристики учебного занятия	Объем часов	№ дидактической единицы	Формируемые компетенции	Уровень освоения	Текущий контроль
Раздел 1 Научно-методические основы формирования физической культуры личности				2				
Тема 1 Сущность и социальная значимость своей будущей профессии,	1, 2	Содержание учебного материала Задачи профессионального и личностного развития. Методы исследования индивидуальных особенностей организма.	Тип учебного занятия: Усвоение новых знаний. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный. Форма учебного занятия: Индивидуально – групповая.	2		ОК.01 ОК.05	1	
Раздел 2 Учебно-практические основы формирования физической культуры личности				64				
Тема 1 Лёгкая атлетика				6				
Тема 1.1 Спринтерский бег.	3,4	Практическое занятие Техника стартового разгона на спринтерскую дистанцию. СФП. ОФП. Стретчинг.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
Тема 1.2 Бег на короткие дистанции.	5,6	Практическое занятие Техника бега на 30 м., 60 м., 100 м. ОФП. Стретчинг..	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 1.3 Бег на средние дистанции.	7,8	Практическое занятие Техника бега на 1000, 2000 и 3000 м. ОФП. Стретчинг.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08 ОК.01	2	+

Тема 2 Мини-футбол				8				
Тема 2.1 Правила игры и жесты судьи.	9,10	Практическое занятие Правила игры и жесты судьи. Основы техники элементов игры в мини-футбол. Учебно-тренировочная игра 3х3.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 2.2 Техника элементов мини-футбола.	11,12	Практическое занятие Ведение мяча по прямой, «змейкой», с изменением направления. Передачи мяча (пас) различными частями ног. Учебно-тренировочная игра 3х3.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.01	2	
Тема 2.3 Специальная физическая подготовка (СФП).	13,14	Практическое занятие Развитие скоростных способностей без мяча, с мячом. Жонглирование мячом. Учебно-тренировочная игра 3х3.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 2.4 Техника элементов мини-футбола.	15,16	Практическое занятие Удары по воротам. СФП. Учебно-тренировочная игра 3х3.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая..	2	У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 3 Баскетбол (стритбол)				16	У.3 3.4.	ОК.08		
Тема 3.1 Правила игры и жесты судьи.	17,18	Практическое занятие Правила игры и жесты судьи. Основы техники элементов игры в баскетбол. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2			2	
Тема 3.2	19,20	Практическое занятие	Тип учебного занятия:	2	У.2	ОК.08	2	

Техника элементов баскетбола.		Техника передач мяча. Броски в кольцо. Игровые комбинации. Учебно-тренировочная игра.	Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.					
Тема 3.3 Техника элементов баскетбола.	21,22	Практическое занятие Техника штрафного броска, с 3-х очковой линии. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 3.4 Специальная физическая подготовка (СФП).	23,24	Практическое занятие Развитие физических качеств. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08	2	
Тема 3.5 Специальная физическая подготовка (СФП).	25,26	Практическое занятие Развитие физических качеств. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.01	2	
Тема 3.6 Тактика игры.	27,28	Практическое занятие Тактические действия в защите. Игровые комбинации. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
Тема 3.7 Тактика игры	29,30	Практическое занятие Тактические действия в нападении. Игровые комбинации. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 3.8	31,32	Практическое занятие	Тип учебного занятия:	2		ОК.08	2	+

Подведение итогов. Зачёт за 3 семестр		Контроль уровня развития профессионально значимых физических качеств за 3 семестр.	Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуальная.		У.2. 3.2.				
Тема 4 Мини-футбол				10					
Тема 4.1 Акробатика.	33,34	Практическое занятие Статические и динамические упражнения. ОФП.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.3 3.4.	ОК.08	2		
Тема 4.2 Акробатика.	35,36	Практическое занятие Соединения элементов акробатики статических и динамических упражнений. ОФП.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08 ОК.01	2		
Тема 4.3 Опорные прыжки.	37,38	Практическое занятие Техника опорного прыжка через «козла» и «коня». ОФП.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2		
Тема 4.4 Атлетическая гимнастика.	39,40	Практическое занятие Развитие силовой выносливости на тренажёрах. ОФП.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.01	2		
Тема 4.5 Атлетическая гимнастика	41,42	Практическое занятие Развитие силы. ОФП.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2		+
Тема 5				8					

Лыжная подготовка								
Тема 5.1 Техника лыжных ходов.	43,44	Практическое занятие Техника передвижения попеременным двухшажным ходом. Прохождение дистанции до 2 км.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
Тема 5.2 Техника спусков и подъемов.	45,46	Практическое занятие Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции до 3 км.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 5.3 Техника торможения.	47,48	Практическое занятие Техника одновременного одношажного хода. Прохождение дистанции до 3 км.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	+
Тема 5.4 Специальная физическая подготовка.	49,50	Практическое занятие Развитие специальной выносливости. Прохождение дистанции до 5 км.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.3 3.4.	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 6 Волейбол				6				
Тема 6.1 Правила игры и жесты судьи.	51,52	Практическое занятие Правила игры и жесты судьи. Основы техники элементов игры в волейбол. Учебно-тренировочная игра 6х6.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.01	2	
Тема 6.2 Техника элементов волейбола.	53,54	Практическое занятие Техника приема и передачи мяча. Прямая нижняя, верхняя подача мяча. Учебно-тренировочная игра 6х6.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 6.3	55,56	Практическое занятие	Тип учебного занятия:	2			2	+

Специальная физическая подготовка.		Развитие скоростно-силовых и силовых качеств игрока. Учебно-тренировочная игра бхб.	Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.		У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.01		
Раздел 3 Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов				8				
Тема 1 Развитие профессионально значимых физических качеств	57,58	Практическое занятие Упражнения на развитие быстроты. Совершенствование профессионально значимых физических качеств через игровую деятельность.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 2 Производственная гимнастика.	59,60	Практическое занятие Комплексы производственной гимнастики. Игры по выбору обучающихся.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
Тема 3 Совершенствование профессионально значимых физических качеств через игровую деятельность.	61,62	Практическое занятие Упражнения на развитие выносливости. Спортивные и подвижные игры по выбору обучающихся. Совершенствование профессионально значимых физических качеств через игровую деятельность.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 4 Подведение итогов. Зачёт за 4 семестр	63,64	Практическое занятие Контроль уровня развития профессионально значимых физических качеств за 4 семестр.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Раздел 1 Учебно-практические основы				56				

формирования физической культуры личности								
Тема 1								
Легкая атлетика								
Тема 1.1 Бег на короткие и средние дистанции.	65,66	Практическое занятие Развитие скоростных качеств и общей выносливости. Бег на 200 м., 400 м., 800 м. ОФП. Стретчинг.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
Тема 1.2 Прыжки.	67,68	Практическое занятие Прыжок в длину с места. Тройной прыжок с места. Стретчинг. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование.. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.01	2	+
Тема 1.4 Кроссовая подготовка.	69,70	Практическое занятие Бег на 2000 м. (дев.), 3000 м. (юн.) без учёта времени. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08	2	
Тема 2								
Гимнастика								
Тема 2.1 Акробатика.	71,72	Практическое занятие Совершенствование техники акробатических упражнений. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 2.2 Опорные прыжки.	73,74	Практическое занятие Техника опорного прыжка через козла (дев.), через коня (юн.). Развитие координации. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 2.4 Атлетическая гимнастика.	75,76	Практическое занятие Развитие силовой выносливости на тренажерах. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08	2	+
Тема 3								
Баскетбол								
Тема 3.1 Техника элементов баскетбола.	77,78	Практическое занятие Совершенствование техники	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой.	2	У.3 3.4.	ОК.01	2	

		перемещений и владения мячом. Броски в кольцо ближних дистанций. СФП. Учебно-тренировочная игра.	Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.					
Тема 3.2 Техника элементов баскетбола.	79,80	Практическое занятие Совершенствование техники передач мяча. Броски в кольцо со средних дистанций. СФП. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
Тема 3.3 Техника элементов баскетбола.	81,82	Практическое занятие Совершенствование игровых комбинаций. Броски в кольцо с дальних дистанций. СФП. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 3.5 Подведение итогов. Зачёт за 5 семестр	83,84	Практическое занятие Контроль уровня развития профессионально значимых физических качеств за 5 семестр.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуальная.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08	2	+
Тема 4 Мини-футбол				8				
Тема 4.1 Техника элементов игры.	85,86	Практическое занятие Техника передач мяча (пас). СФП. Учебно-тренировочные игры.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 4.2 Техника элементов игры.	87,88	Практическое занятие Техника ведения мяча. СФП. Учебно-тренировочные игры.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 4.3 Техника элементов игры.	89,90	Практическое занятие Техника ударов по воротам. СФП. Учебно-тренировочные игры.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08	2	

Тема 4.4 Тактико-техническая подготовка.	91,92	Практическое занятие Тактика игры в нападении и защите. СФП. Учебно-тренировочные игр.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.01	2	+
Тема 5 Лыжная подготовка				8				
Тема 5.1 Техника лыжных ходов.	93,94	Практическое занятие Техника попеременных и одновременных ходов. Прохождение дистанции до 3 км.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.01	2	
Тема 5.2 Техника лыжных ходов.	95,96	Практическое занятие Техника попеременных и одновременных ходов. Прохождение дистанции до 3 км.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 5.3 Техника лыжных ходов.	97,98	Практическое занятие Техника конькового хода. Прохождение дистанции до 3 км.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.01	2	
Тема 5.4 Тактика участия в соревнованиях.	99,100	Практическое занятие Прохождение дистанции свободным стилем до 5 км.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 6 Волейбол				8				
Тема 6.1 Техника элементов игры.	101,102	Практическое занятие Техника передачи, приемов и подачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
Тема 6.2 Техника элементов игры.	103,104	Практическое занятие Техника нападающего удара и блокирования. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 6.3 Специальная физическая	105,106	Практическое занятие Развитие физических качеств.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный,	2	У.2.	ОК.08	2	

подготовка (ОФП).		Учебно-тренировочная игра (с заданиями).	наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.		3.2.			
Тема 6.4 Тактика игры	107,108	Практическое занятие Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите. Игровые комбинации. Учебно-тренировочная игра.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.3 3.4.	ОК.01	2	+
Раздел 2 Сущность и содержание ППФП в достижении профессиональных результатов				10				
Тема 1 Производственная гимнастика.	109,110	Практическое занятие Упражнения производственной гимнастики Развитие навыков правильной осанки. Подвижные и спортивные игры по выбору обучающихся.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
Тема 2 Атлетическая гимнастика.	111,112	Практическое занятие Выполнение комплексов атлетической гимнастики.	Тип учебного занятия: Комбинированный. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 3 Массаж, самомассаж.	113,114	Практическое занятие Приёмы точечного массажа и самомассажа. Подвижные, спортивные игры и эстафеты.	Тип учебного занятия: Освоение новых знаний, умений и навыков. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08 ОК.01	2	
Тема 4 Общая физическая подготовка (ОФП).	115,116	Практическое занятие Развитие профессионально значимых физических качеств. Подвижные, спортивные игры и эстафеты.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
Тема 5 Общая физическая подготовка (ОФП).	117,118	Практическое занятие Развитие профессионально значимых физических качеств. Подвижные, спортивные игры и эстафеты.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.01	2	

Тема 6 Подведение итогов. Зачёт за 6 семестр	119,120	Практическое занятие Контроль уровня развития профессионально значимых физических качеств за 6 семестр.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08	2	+
Раздел 1 Учебно-практические основы формирования физической культуры личности				44			2	
Тема 1 Лёгкая атлетика				8	У.2. 3.2.	ОК.01		
Тема 1.1 Бег на короткие и средние дистанции.	121,122	Практическое занятие Бег на 100 м., 800 м., 6 мин. бег. СФП. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.3 3.4.	ОК.08	2	
Тема 1.2 Метание.	123,124	Практическое занятие Метание спортивного снаряда (граната) 500 гр. (дев.) и 700 гр. юн.). ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.01	2	
Тема 1.3 Кроссовая подготовка.	125,126	Практическое занятие Бег по пересеченной местности до 3 км. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.		У.2. 3.2.	ОК.08	2	
Тема 1.3 Прыжки.	127,128	Практическое занятие Техника прыжка в высоту способом «перешагиванием», в длину с места, тройной прыжок с места. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08 ОК.01	2	+
Тема 2 Гимнастика				8			2	
Тема 2.1 Акробатика .	129,130	Практическое занятие Совершенствование техники акробатических упражнений. Эстафеты с предметами и гимнастическим инвентарём. ОФП.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.01	2	

Тема 2.2 Опорный прыжок.	131,132	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
		Совершенствование опорных прыжков через «козла» и «коня».ОФП.						
Тема 2.3 Атлетическая гимнастика.	133,134	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.01	2	
		Развитие силовой выносливости на тренажерах. ОФП.						
Тема 2.4 Атлетическая гимнастика.	135,136	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.		У.2. 3.2.	ОК.01	2	+
		Развитие силовой выносливости на тренажерах. ОФП.						
Тема 3 Баскетбол				10				
Тема 3.1 Техника элементов игры.	137,138	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
		Техника владения мячом (ведение, передачи, броски в кольцо). Учебная игра в баскетбол.						
Тема 3.2 Специальная физическая подготовка (СФП).	139,140	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08	2	
		Развитие физических качеств баскетболиста. Учебная игра в баскетбол.						
Тема 3.3 Техника элементов игры.	141,142	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08 ОК.01	2	
		Техника штрафного броска и 3-х очковой зоны. Учебная игра в баскетбол.						
Тема 3.4 Тактическая подготовка.	143,144	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.1 3.3	ОК.08	2	
		Тактические действия в защите и нападении. Учебная игра в баскетбол.						
Тема 3.5 Проверка знаний, умений и навыков игры.	145,146	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный.	2	У.2 3.4	ОК.01	2	
		Контрольные тесты по технике элементов игры. Учебная игра в баскетбол						

			Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.					
Тема 3.6 Подведение итогов за 7 семестр (зачёт).	147,148	Практическое занятие Контроль уровня развития профессионально значимых физических качеств за 7 семестр.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.08	2	+
Тема 4 Волейбол				8				
Тема 4.1 Техника элементов игры.	149,150	Практическое занятие Техника передачи, приемов, подачи мяча. Учебно-тренировочные игры.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.01	2	
Тема 4.2 Техника элементов игры.	151,152	Практическое занятие Техника нападающего удара и блокирования мяча. Учебно-тренировочные игры.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.3 3.4.	ОК.08	2	
Тема 4.3 Техника и тактика игры.	153,154	Практическое занятие Игровые комбинации в волейболе. Индивидуальные и групповые взаимодействия в волейболе. Учебная игра в волейбол	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2	ОК.08	2	
Тема 4.4 Проверка знаний, умений и навыков игры.	155,156	Практическое занятие Контрольные тесты по технике элементов игры. Учебная игра в волейбол.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2.	ОК.08 ОК.01	2	+
Раздел 2 Сущность и содержание ППФП в достижении профессиональных результатов				8				
Тема 2 Общая физическая подготовка (ОФП).	157,158	Практическое занятие Комплексное развитие физических качеств. Спортивные и подвижные игры по выбору обучающихся.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2. 3.2. У.3 3.4.	ОК.08	2	
Тема 3	159,160	Практическое занятие	Тип учебного занятия: Совершенствование.	2		ОК.01	2	

Общая физическая подготовка (ОФП).		Комплексное развитие физических качеств. Спортивные и подвижные игры по выбору обучающихся.	Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.		У.1 3.3			
Тема 4 Общая физическая подготовка (ОФП).	161,162	Практическое занятие Комплексное развитие физических качеств. Спортивные и подвижные игры по выбору обучающихся.	Тип учебного занятия: Совершенствование. Методы учебного занятия: Словесный, наглядный, практический, игровой. Форма учебного занятия: Индивидуально-групповая.	2	У.2 3.4	ОК.08	2	
Тема 7.2 Дифференцированный зачёт	163,164	Практическое занятие контроль уровня развития профессионально значимых умений и навыков за весь курс обучения.	Тип учебного занятия: Контрольно-проверочный. Методы учебного занятия: Соревновательный. Форма учебного занятия: Индивидуальная.	2	У.2 3.4 У.2. 3.2.	ОК.01	2	+
Итого:				164				

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством. (Содержание дидактической единицы закрепляется на лабораторных, практических занятиях)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач.(Содержание дидактической единицы закрепляется во время прохождения практики. В дисциплине указывать третий уровень не рекомендуется).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально - техническому обеспечению.

Реализация рабочей программы дисциплины требует наличия спортивного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Спортивное оборудование:

- баскетбольные, футбольные, волейбольные;
- щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны;
- сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, воланы, сетки для игры в настольный теннис, теннисные мячи, ракетки для игры в настольный теннис;
- оборудование для силовых упражнений (гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары);
- оборудование для занятий аэробикой (степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики, фитболы);
- гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метаний;
- гранаты, стартовые колодки, эстафетные палочки, измерительная рулетка;
- оборудование необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

Для занятий лыжным спортом:

- лыжная база с лыжехранилищем и теплыми раздевалками, мастерской для мелкого ремонта лыжного инвентаря;
- учебно-тренировочные лыжи и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности;
- лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази, и т. п.)

Технические средства обучения:

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;
- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / (Н.В.Решетников, Ю.Л.Кислицын, Р.Л.Палтиевич, Г.И. Погодаев).-13-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.
2. Физическое воспитание в профессионально-технических училищах. Методическое пособие. М., «Высшая школа», 1976. – 232 с., ил.
3. Спортивные и подвижные игры: Учебник для средних спец. учебных заведений физ. культ. – Изд. 3-е, перераб., доп. / Под ред. Ю.И. Портных. – М.: - Физкультура и спорт, 1984. – 344 с., ил.
4. Легкая атлетика: Учебник для ИФК. – изд. 4-е, перераб., доп./ под. Ред. Н.Г.Озолина, В.И.Воронкина, Ю.Н.Примакова. – М.: - Физкультура и спорт, 1988. – 671с., ил.

Дополнительные источники:

1. Спортивные игры: Учебник для педагогических институтов. / В.Д.Ковалев, В.А.Голомазов, С.А. Кераминас. – М.: - Физкультура и спорт, 1988. – 304., ил.

2. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н., Волейбол в школе: пособие для учителя./ - М.: Просвещение, 1989.- 128 с., ил.
3. Полная энциклопедия лечебной гимнастики./ Под общей ред. Проф. Т.А. Евдокимовой.- СПб.: Сова; М.: Изд-во Эскиммо, 2003. – 512 с., ил.
4. Петров П.К., Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб.для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 448 с.
5. Кабачков В.А., Полиевский С.А., профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. Метод.пособие. М.: Высш. шк., 1991. – 222 с.: ил.
6. Яковлев В.Г., Ратников В.П., Подвижные игры. Учеб. Пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин- тов. М., «Просвещение», 1977. – 143 с., ил.
7. Станкин М.И., Психолого-педагогические основы физического воспитания: Пособие для учителя: - М.: Просвещение, 1987.- 224 с.: ил

Интернет ресурсы:

1. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики
<http://sport.minstm.gov.ru>
2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы
<http://www.sport.mos.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контрольная оценка результатов освоения дисциплины 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
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни 	<p>Формы контроля обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – практические задания по работе с информацией (конспектирование и др.); – выполнение самостоятельных работ проблемного характера; – ведение дневника самонаблюдения; – оценивание подготовленных обучающихся фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха
<p>Должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; 	<p>Методы оценки результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> – традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка <p>Легкая атлетика</p> <p>1. Оценка техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий):</p> <ul style="list-style-type: none"> - бега на короткие, средние; - метания спортивного снаряда(граната) 500 гр. (дев.), 700 гр. (юн.); - кроссовой подготовки 2000 м. (дев.), 3000 м. (юн.) - прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; - прыжка в длину с места. <p>2. Оценка самостоятельного проведения обучающимся фрагмента занятия с решением задачи по развитию физических качеств средствами легкой атлетики.</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Оценка техники выполнения базовых элементов техники спортивных игр (владение мячом, броски в кольцо, подачи, передачи)</p> <p>Оценка технико-тактических действий обучающихся в ходе проведения игровых комбинаций, соревнований по спортивным играм.</p> <p>Оценка выполнения обучающимся функций судьи.</p> <p>Оценка самостоятельного проведения обучающимся фрагмента занятия с решением задачи по развитию физических качеств средствами спортивных игр.</p> <p>Акробатика.</p> <p>Оценка техники выполнения комбинаций и связок</p> <p>Оценка самостоятельного проведения фрагмента занятия.</p> <p>Атлетическая гимнастика (юноши)</p> <p>Оценка техники выполнения силовых упражнений на высокой перекладине, с гирей, комплексов с отягощениями, на тренажерах.</p> <p>Самостоятельное проведение фрагмента занятия.</p> <p>Лыжная подготовка</p> <p>Оценка техники передвижения на лыжах различными ходами, техники выполнения поворотов, торможения, спусков и подъемов.</p> <p>ОФП</p> <p>Оценка количественных показателей выполненных упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Челночного бега 3x10 м., 3x20 м., 5x20 м.; – Метания набивного мяча 1 кг; – Прыжка со скакалкой за 1 минуту; – Подтягивания на высокой и низкой перекладине; – Рывка гири 16 кг. (юн.); – Отжимания в упоре лежа; – Виса на перекладине; – Подъема туловища из положения лёжа за 30 сек и 1 мин.;

	<ul style="list-style-type: none"> - Наклона вперед из положения сидя, стоя (см.); <p>ППФП</p> <p>Выполнение комплексов упражнений на развитие профессионально значимых физических качеств, комплексов утренней и производственной гимнастики, физкультурминуток, приёмов массажа и самомассажа.</p> <p><i>Оценку уровня развития физических качеств обучающихся наиболее целесообразно проводить по приросту к исходным показателям.</i></p> <p>Для этого проводится тестирование (в процессе обязательных аудиторных и внеаудиторных занятий, зачётов и дифференцированных зачётов):</p> <ul style="list-style-type: none"> - На входе – начало учебного года (семестра); - На выходе – изучения темы, семестра, учебного года.
--	---

С целью контроля и оценки результатов подготовки и учёта индивидуальных образовательных достижений обучающихся применяются:

- текущий контроль;
- промежуточный контроль
- итоговый контроль.

Входной контроль

Назначение входного контроля состоит в проверке уровня развития физических качество обучающегося и его готовности к восприятию и освоению учебного материала. Входной контроль проводится в форме тестирования.

Текущий контроль

Текущий контроль результатов подготовки осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения индивидуальных домашних заданий. Текущий контроль обеспечивает для обучающихся стимулирование систематической, самостоятельной и творческой учебной деятельности; контроль и самоконтроль учебных достижений и их регулярную и объективную оценку; рациональное и равномерное распределение учебной нагрузки в течение семестра; воспитание ответственности за результаты своего учебного труда. Текущий контроль обеспечивает для преподавателей повышение эффективности различных форм учебных занятий; разработку необходимых учебно-методических материалов для учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся; непрерывное управление учебным процессом; объективность оценки учебных достижений обучающихся и своего собственного труда. Формами текущего контроля являются:

- контроль на уровне техникума (мониторинг текущей аттестации обучающихся проводится ежемесячно);
- на учебных занятиях (тестирование, опрос).

Промежуточный контроль

Результаты промежуточного контроля используются для оценки достижений обучающихся. В конце каждого семестра выставляются оценки. Промежуточный (внутри семестровый) контроль достижений обучающихся осуществляется во время проведения зачетов, дифференцированных зачетов.

Итоговый контроль

Итоговая оценка качества подготовки выпускников осуществляется в направлении - оценка компетенций обучающихся. Итоговый контроль проводится в форме дифференцированного зачёта.