

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ЛУХОВИЦКИЙ АВИАЦИОННЫЙ ТЕХНИКУМ»

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора ГБПОУ МО
«Луховицкий авиационный техникум»
от «__» _____ 2018 г. № ____ /УР
Директор ГБПОУ МО
«Луховицкий авиационный техникум»
_____ О.В.Ларионова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

профессия 15.01.32 «Оператор станков с программным управлением»

РП.ОДБ.06.15.01.32/2

2018г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по профессии среднего профессионального образования (далее СПО) 15.01.32 Оператор станков с программным управлением.

Организация-разработчик: ГБПОУ МО «Луховицкий авиационный техникум»

Разработчик:

Котов Роман Николаевич, преподаватель ГБПОУ МО «Луховицкий авиационный техникум»

Согласована
цикловой комиссией общеобразовательных
дисциплин
Протокол № _____ « ____ » _____ 2018 г.
Председатель комиссии _____ С.В. Завьялкина

УТВЕРЖДЕНА
Зам.директора по учебной работе
ГБПОУ МО ЛАТ
_____ О.В.Рыбакова
« ____ » _____ 2018 г.

Рецензенты:

С.В. Завьялкина

председатель цикловой комиссии
общеобразовательного цикла и физической культуры
ГБПОУ МО «Луховицкий авиационный техникум»

должность

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 15.01.32 «Оператор станков с программным управлением».

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 15.01.32 «Оператор станков с программным управлением». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08	<ul style="list-style-type: none">- Использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.- Выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.- Проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.- Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.- Выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки.- Осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.- 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.	<ul style="list-style-type: none">- О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.- Основы здорового образа жизни.- Правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	171
в том числе:	
теоретическое обучение	8
лабораторные работы	Не предусмотрено
практические занятия	163
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	Не предусмотрено
контрольная работа	Не предусмотрено
<i>Самостоятельная работа</i>	Не предусмотрено
Промежуточная аттестация	5

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

1 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности	Содержание учебного материала Основные понятия здорового образа жизни, дееспособность, трудоспособность, саморегуляция, самооценка.	4	<i>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08.</i>
Тема 1.1. Основы здорового образа жизни.	1. Основы здорового образа жизни.	4	
Раздел 2.	Содержание учебного материала	26	<i>ОК 01. ОК 02.</i>

Учебно-практические основы формирования физической культуры личности Тема 2.1 Легкая атлетика._	1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и вiraжу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину с места разбега согнув ноги. Метание гранаты 500гр(д) 700гр (ю) Кросс 2000м(д) 3000м(ю)		OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	26	
	1. Практическое занятие «Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой».	2	
	2. Практическое занятие «Изучение техники бега на короткие дистанции».	2	
	3. Практическое занятие «Изучение техники низкого старта, стартового разгона, финиширование».	2	
	4. Практическое занятие «Изучение техники бега по повороту и бегу при выходе из поворота на прямую часть дорожки. Сдача контрольного норматива: бег 100м».	2	
	5. Практическое занятие «Изучение техники прыжка в длину с разбега».	2	
	6. Практическое занятие « Совершенствование техники прыжка в длину с разбега».	2	
	7. Практическое занятие «Изучение техники бега на длинные и средние дистанции. Сдача контрольного норматива: прыжок в длину с разбега».	2	
	8. Практическое занятие «Изучение техники высокого старта, стартового разгона, финиширование».	2	
9. Практическое занятие « Совершенствование техники бега на короткие дистанции, сдача контрольного норматива: бег 200м».	2		

	10. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на средние дистанции, сдача контрольного норматива: бег 800м».	2	
	11. Практическое занятие «Изучение техники бега по пересеченной местности: кросс юноши 1000м, девушки 500 м».	2	
	12. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на длинные дистанции, сдача контрольного норматива: 2000м (д), 3000м (ю)».	2	
	13. Практическое занятие «Подведение итогов в теме легкая атлетика».	2	
Тема 2.2. Спортивные игры. Баскетбол	Содержание учебного материала		<i>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08.</i>
	1. Перемещение по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите. Двусторонняя игра.	25	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	25	
	1. Практическое занятие «Техника безопасности на уроках спортивных игр. Правила и судейство игры баскетбол».	2	
	2. Практическое занятие «Изучение стоек и техники передвижений баскетболистов».	2	
	3. Практическое занятие «Повторение техники передвижений и стоек баскетболистов. Изучение ведение мяча в различных стойках».	2	
	4. Практическое занятие « Повторение техники ведения мяча в различных стойках. Изучение ведения мяча с изменением скорости, направления».	2	

	5. Практическое занятие « Повторение техники ведения мяча с изменением направления, скорости. Изучение техники ловли мяча».	2	
	6. Практическое занятие « Повторение техники ловли мяча. Изучение техники передачи мяча».	2	
	7. Практическое занятие « Совершенствование техники передачи мяча. Изучение техники броска».	2	
	8. Практическое занятие « Совершенствование техники броска. Штрафной бросок».	2	
	9. Практическое занятие « Сдача норматива: штрафной бросок. Изучение техники броска мяча после ведения в прыжке».	2	
	10. Практическое занятие « Совершенствование техники броска мяча после ведения в усложненных условиях».	2	
	11. Практическое занятие « Повторение техники броска мяча после ведения. Сдача норматива: бросок мяча после ведения».	2	
	12. Практическое занятие « Изучение техники игры в защите: вырывание, перехват, накрывание мяча».	2	
	13. Практическое занятие «Сдача контрольных нормативов».	1	
Тема 2.3 Гимнастика с элементами акробатики	Содержание учебного материала	10	<i>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08.</i>
	Строевые упражнения. Элементы акробатических упражнений: кувырки, стойки, перевороты; Лазание по канату различными приемами. Перекладина высокая: подтягивание в висячем положении. Контрольные нормативы: подтягивание на высокой перекладине, поднятие и опускание туловища из положения лежа на спине.		

	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	10	
	1. Практическое занятие « Техника безопасности на уроках гимнастики. Обучение строевым упражнениям».	2	
	2. Практическое занятие « Повторение строевых упражнений. Изучение кувырков вперед, назад».	2	
	3. Практическое занятие « Повторение кувырков назад, вперед. Изучение стойкам и переворотам».	2	
	4. Практическое занятие « Повторение стоек переворотов. Изучение технике длинного кувырка, колесо».	2	
	5. Практическое занятие « Повторение техники длинного кувырка, колесо. Комплекс корригирующих упражнений для позвоночника, мышц спины, живота».	2	
Тема 2.4. Спортивные игры.	Содержание учебного материала		OK 01. OK 02. OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.
Волейбол	1. Стойки в волейболе, перемещение по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, нападении. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Двусторонняя игра.	37	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	37	
	1. Практическое занятие « Правила безопасности на игровых видах уроков. Основные правила и судейство игры волейбол. Изучение технике передвижения, основным стойкам».	2	

2. Практическое занятие « Совершенствование техники передвижения. Изучение техники передачи мяча».	2	
3. Практическое занятие « Совершенствование техники передачи мяча».	2	
4. Практическое занятие « Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху в движении, в парах, в тройках».	2	
5. Практическое занятие « Изучение техники приема мяча».	2	
6. Практическое занятие « Совершенствование техники приема».	2	
7. Практическое занятие « Изучение сочетания приемов техники: прием-передача. Совершенствование техники передачи мяча, приема мяча».	2	
8. Практическое занятие « Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху. Контрольный норматив: передача мяча в парах».	2	
9. Практическое занятие « Изучение техники нижней прямой, боковой подачи».	2	
10. Практическое занятие « Совершенствование техники нижней подачи. Совершенствование техники приема мяча».	2	
11. Практическое занятие « Изучение техники верхней прямой подачи. Повторение техники приема мяча двумя руками снизу».	2	
12. Практическое занятие « Ознакомление с техникой атакующего удара».	2	
13. Практическое занятие « Ознакомление с техникой блокирования мяча».	2	
14. Практическое занятие « Совершенствование техники верхней прямой подачи. Повторение сочетания элементов: прием-передача».	2	

	15. Практическое занятие « Совершенствование техники подачи мяча различными способами. Сдача норматива: подача мяча».	2	
	16. Практическое занятие « Тактические действия в волейболе: индивидуальные, групповые, командные».	2	
	17. Практическое занятие «Совершенствование техники игры в волейбол».	2	
	18. Практическое занятие «Подведение итогов в теме волейбол».	2	
	19. Практическое занятие «Сдача контрольных нормативов».	1	
Всего:		102	

2курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
Раздел 1.	Содержание учебного материала	4	<i>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08.</i>
Научно-методические основы формирования физической культуры	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Коррекция фигуры.		

личности	Основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки. Сенситивность в развитии профилирующих двигательных качеств.		
Тема 1.1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	4	
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности	Содержание учебного материала	20	<i>OK 01. OK 02. OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.</i>
	1. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину с места разбега согнув ноги. Метание гранаты 500гр(д), 700гр (ю), Кросс 2000м(д), 3000м(ю).		
Тема 2.1 Легкая атлетика	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	20	
	1. Практическое занятие «Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой».	2	
	2. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на короткие дистанции».	2	
	3. Практическое занятие «Сдача контрольного норматива: бег 100м».	2	
	4. Практическое занятие «Совершенствование техники прыжка в длину с разбега».	2	

	5. Практическое занятие «Сдача контрольного норматива: прыжок в длину с разбега».	2	
	6. Практическое занятие «Совершенствование техники метания гранаты».	2	
	7. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на короткие дистанции, сдача контрольного норматива: бег 200м.»	2	
	8. Практическое занятие «Сдача контрольного норматива: метание гранаты».	2	
	9. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на средние дистанции, сдача контрольного норматива: бег 800м.»	2	
	10. Практическое занятие «Совершенствование техники бега по пересеченной местности: кросс юноши 1000м., девушки 500 м.»	2	
Тема 2. 2. Баскетбол	Содержание учебного материала	10	<i>OK 01. OK 02. OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.</i>
	1. Перемещение по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, высокого мяча, с отскоком от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите. Двусторонняя игра.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ		
	1. Практическое занятие «Техника безопасности на уроках спортивных игр».		
	2. Практическое занятие «Совершенствование техники ведения, ловли, передачи мяча».		

	3. Практическое занятие «Совершенствование техники броска. Штрафной бросок».	2	
	4. Практическое занятие «Совершенствование техники броска мяча после ведения, в прыжке».	2	
	5. Практическое занятие «Подведение итогов в теме баскетбол».	2	
Тема 2.3. Спортивные игры. Волейбол	Содержание учебного материала		<i>OK 01. OK 02. OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.</i>
	1. Стойки в волейболе, перемещение по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, нападении. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Двусторонняя игра.	14	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14	
	1. Практическое занятие «Совершенствование техники передачи мяча».	2	
	2. Практическое занятие «Совершенствование техники подачи мяча различными способами».	2	
	3. Практическое занятие «Совершенствование сочетания приемов техники: прием-передача».	2	
	4. Практическое занятие «Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху в движении, в парах, в тройках».	2	
	5. Практическое занятие «Сдача норматива: передача мяча в парах».	2	

	6. Практическое занятие «Изучение техники атакующего удара, блокирования мяча».	2		
	7. Зачетное занятие «Сдача контрольных нормативов».	2		
Тема 2.4. Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала	21	<i>OK 01. OK 02. OK 03. OK 04. OK 06. OK 07. OK 08.</i>	
	1. Общеразвивающие комплексы упражнений на развитие силы мышц спины, груди, плеч, рук, живота, ног. Изучение техники работы на тренажерах, с отягощением.			
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ			21
	1. Практическое занятие «Техника безопасности на уроках атлетической гимнастики».			2
	2. Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц рук».			2
	3. Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц груди».			2
	4. Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц спины».			2
	5. Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц живота».			2
	6. Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц плеч».			2

	7.Практическое занятие «Изучение комплекса упражнений на развитие силы мышц ног».	<i>2</i>	
	8.Практическое занятие «Стретчинг. Растяжение мышц рук, плеч, груди, спины, живота, ног».	<i>2</i>	
	9.Практическое занятие «Изучение круговой тренировки для всех групп мышц».	<i>2</i>	
	10.Практическое занятие «Изучение 2-х, 3-х дневной сплит-программы».	<i>2</i>	
	11.Зачетное занятие «Сдача нормативов».	<i>1</i>	
Всего:		<i>171</i>	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Спортивный комплекс, включающий в себя: спортивный зал и открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для перетягивания, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, сетка волейбольная, волейбольные мячи, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля:

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Технические средства обучения:

- мультимедийное оборудование (экран, мультимедиа проектор);
- персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением;
- музыкальный центр, переносные колонки.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

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

3.2.1. Печатные издания

1. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник - М., 2013.

2. Бишаева А.А. Физическая культура. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.

3. Гамидова С.К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий – Смоленск, 2012.

4. Ковалева В.Д. Спортивные игры: Учебник для студентов «Физическое воспитание» - М; Просвещение, 2013г.

5. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л., Палтиеви́ч Р. Л., Погадаев Г. И. Физическая культура: учебное пособие для студентов учреждений сред. проф. образования. — М., 2012.

3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. www.физическая-культура.рф - Сайт по физической культуре
2. www.minstm.gov.ru - Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации.
3. www.edu.ru - Федеральный портал «Российское образование».
4. www.olympic.ru- Официальный сайт Олимпийского комитета России.

3.2.3. Дополнительные источники (при необходимости)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни <p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - выполнять комплексы упражнений на развитие выносливости, равновесия, быстроты, скоростно-силовых качеств, координации движений 	<ul style="list-style-type: none"> - сопоставляет основы здорового образа жизни с личным физическим развитием и физической подготовкой; - характеризует физическую культуру как форму самовыражения своей личности; - пропагандирует здоровый образ жизни, является его сторонником; - обладает хорошей физической формой; - участвует в спортивных мероприятиях различного уровня; - посещает спортивные секции; - учитывает и предъявляет значимость физической культуры в профессиональной деятельности 	<p><i>Оценка результатов выполнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - сдача контрольных нормативов.