

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
УЛЬЯНОВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины

ОП.19 Физическая культура
по адаптированной программе профессионального обучения лиц с
ограниченными возможностями здоровья

18880 Столяр строительный

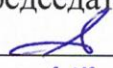
г. Ульяновск

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта по профессии 18880 Столяр строительный

РАССМОТРЕНО

методической цикловой комиссией
Строительного профиля

Председатель МЦК

 Л.И. Платонова
27 09 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

 В.В. Сурков
2021 г.



СОГЛАСОВАНО

Заведующий методическим кабинетом

 О.М. Голенева
2021 г.

Разработчик: Федулов Сергей Евгеньевич - преподаватель ОГБПОУ УМТ

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОР ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины Физическая культура является частью адаптированной программы профессионального обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по профессии Столяр строительный.

Программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональном образовании. Опыт работы не требуется.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре учебного плана – профессиональный цикл. общепрофессиональные дисциплины.

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

Программа ориентирована на достижение следующие цели и задачи:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального развития;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащения индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионального и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значения в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Основу программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

Программа «Физическая культура» направлена на укрепление здоровья, повышения физического потенциала работоспособности обучающихся, на формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Программа содержит теоретическую и практическую части. Теоретический материал имеет валеологическую и профессиональную направленность. Его освоение обеспечивает формирование мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание обучающимся значения здорового образа жизни и двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

Содержание занятий обеспечивает: ознакомление обучающихся с основами валеологии; формирование установки на психическое и физическое здоровье; овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями; знакомство с текстами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья и профессиональной активности; овладение с основными приемами неотложной доврачебной помощи.

На занятиях преподаватель проводит консультации обучающихся, на которых по результатам тестирования помогает определить индивидуальную двигательную нагрузку с оздоровительной и профессиональной направленностью.

В результате изучения учебной дисциплины **Физическая культура** обучающийся должен:

уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм и туризме при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;

знать/понимать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Обучающийся должен обладать общими компетенциями:

ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3 Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4 Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения задач.

ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии.

ОК 6 Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента 144 час., в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка студента 96 час.;

самостоятельная работа студента (внеаудиторная) 48 час.

2. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	96
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	58
контрольные работы	14
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	48
в том числе: внеаудиторная нагрузка написание рефератов, докладов, составление презентаций	48
<i>Итоговая аттестация в форме зачета</i>	

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень Освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы знаний.			
Тема 1.1. Введение	Компетенции: ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. уметь: -проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями знать: - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни Содержание учебного материала 1 Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Правило поведения в спортивном зале, на занятиях физической культуры Лабораторная работа Практические занятия Контрольная работа Самостоятельная работа. Написание рефератов и составление презентаций о здоровом образе жизни	2	2
Раздел 2. Лёгкая атлетика.		-	
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции, эстафетный и челночный бег	Компетенции: ОК 2 Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем. уметь: - выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартам по легкой атлетике при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;	6	

	- выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки	
	знать:	
	- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности	
	Содержание учебного материала	3
	1 Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой.	1
	2 Техника бега на короткие и средние дистанции.	1
	3 Изучение техники эстафетного бега 4x100 м, 4x400 м. Челночный бег.	1
	Лабораторная работа	-
	Практические занятия:	8
	№1 Выполнение общеобразовательных упражнений (далее ОРУ) в движении, выполнение специальных беговых упражнений.	2
	№2 Выполнение техники высокого, низкого старта, финиширования.	2
	№3 Выполнение техники бега на 100 м.	2
	№4 Выполнение ОРУ на месте. Выполнение специальных беговых упражнений.	2
	Контрольная работа	-
	Самостоятельная работа: Написание рефератов на темы: Отработка техники прыжков, составление комплекса ОРУ.	6
	Компетенции:	
	ОК 3 Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы	
	уметь:	
	- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственными стандартами по легкой атлетике при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма	
	- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;	
	- выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки	
	знать:	
	- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности	
	Содержания учебного материала.	2
	1 Техника выполнения прыжков в длину с места и разбега.	1
	2 Техника выполнения прыжков в высоту.	1

Раздел 3. Спортивные игры Тема 3.1. Волейбол	Лабораторная работа		-	
	Практические занятия:		4	
	№5 Выполнение прыжков в длину с места.		2	
	№6 Выполнение прыжков в высоту способом «перешагиваниям».		2	
	Контрольная работа №1 по разделу Легкая атлетика (теоретические основы и сдача контрольных нормативов).		2	
	Самостоятельная работа: Написание реферата на тему: выполнение утренней гимнастики.		6	
	Компетенции:			
	ОК 4 Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения задач уметь:			
	- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартам по спортивным играм при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма			
	- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;			
	- выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки			
	знать:			
	- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности			
	Содержание учебного материала.		2	
	1 Техника безопасности при занятиях волейболом.		1	2
	2 Техника приёма и передачи мяча.		1	2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия:		4	
	№7 Отработка стойки и перемещения волейболиста (Выполнение приема-передачи мяча одной рукой с последующим нападение вперед и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе.)		2	
	№8 Выполнение передачи мяча двумя руками сверху в парах. Выполнение передачи мяча.			
	Контрольная работа №2 по теме: Волейбол (теоретические основы и сдача контрольных нормативов).		2	
	Самостоятельная работа: Написание рефератов на темы: Техника набивания мяча об стену, Техника перекидывания мяча через сетку.		6	

Тема 3.2. Баскетбол	Компетенции: ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии при занятиях физической культуры уметь: - выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственными стандартами по спортивным играм при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки знать: - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности		
Тема 3.3. Мини-Футбол	Компетенции: ОК 6 Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством уметь: - выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственными стандартами по спортивным играм при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки		

	знать: - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности			
	Содержание учебного материала.		3	
	1	Техника выполнений упражнений с отбором мяча.	1	2
	2	Техника обманных движений.	1	2
	3	Техника приёма и подачи мяча.	1	2
	Практические занятия: №13 Исходное положение (стойки), перемещения. (Выполнение упражнений с ударами по катящемуся, лежащему мячу средней частью подъема ноги, внутренней частью подъема ноги, носком.)		4 2	
	№14 Выполнение ударов по воротам.		2	
	Контрольная работа №4 по теме: «Футбол (мини-футбол)» (теория теоретические основы и сдача контрольных нормативов).		2	
	Самостоятельная работа: Написание рефератов на темы: Набивание мяча головой, ногой, Выполнение ударов мячом, Забивание мяча в пустые ворота.		4	
Раздел 4. Гимнастика. Тема 4.1. Акробатические упражнения	Компетенции: ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии			
	уметь: - выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартам по гимнастике при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки			
	знать: - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической			
	Содержание учебного материала.		2	
	1	Техника безопасности гимнастики.	1	2
	2	Техника безопасности на занятиях акробатики.	1	2
	Практические занятия. №15 Выполнение страховки и самостраховки. №16 Выполнение перекатов вперед, назад в сторону.		14 2 4	

	№17 Выполнение техники кувырков вперед и назад.	4	
	№18 Выполнение стойки на лопатках.	4	
	Контрольная работа №5 по разделу Гимнастика (теория теоретические основы и сдача контрольных нормативов).	2	
	Самостоятельная работа: Написание рефератов на темы: Отработка гимнастических упражнений: стойки, шпагаты, Комплекса акробатических упражнений.	4	
Раздел 5. Туризм			
Тема 5.1. Туризм и туристические новинки	Компетенции:		
	ОК 4 Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения задач		
	уметь:		
	- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартам по туризму при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма		
	- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;		
	- выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки		
	знать:		
	- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической	2	
	Содержание учебного материала.		
	1 Чтение географических карт и обозначений.	1	
	2 Техника безопасности и медицинское обеспечение при однодневном походе (без ночевок)	1	
	Практические занятия:		
	№19 Работа с компасом – привязка к местности и определения азимута.	4	
	№20 Укладка костра и установка палатки.	2	
	Контрольная работа № 5 по разделу Туризм (теория теоретические основы и сдача контрольных нормативов).	2	
	Самостоятельная работа: Написание реферата тему: «ориентирование на местности с компасом»	4	
Раздел 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка			
Тема 6.1. Основы знаний	Компетенции:		

по профессионально-прикладной физической подготовке	ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес уметь: - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры; знать: - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности																
Содержание учебного материала.																	
1	Экологические требования, требования к безопасности.	3	1	2													
2	Учёт и географическое положение.	1	1	2													
3	Чтение географической карты и привязка карты местности.	1	1	2													
Лабораторная работа																	
Практические знания:																	
№21	Игры на развитие ловкости.	12	6	6													
№22	Игры на развитие координации.	6	6	6													
Контрольная работа №6 по разделу Профессионально-прикладная физическая подготовка (теория теоретические основы и сдача контрольных нормативов).																	
Самостоятельная работа: Написание реферата тему: «подвижные игры»																	
Зачёт																	
96/144																	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивной базы: спортивный зал, тренажерный зал, легкоатлетическое ядро, плоскостные спортивные площадки и сооружения.

Оборудование спортивного зала: шведские стенки; гимнастические маты; гимнастические снаряды (конь, козел, бревно, подкидные мостики); маты; мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, гандбольные); ворота футзальные; брусья параллельные; столы настольного тенниса и наборы к игре в настольный теннис; сетка для игры в бадминтон и ракетки; сетка волейбольная; радиофикация спортивного зала; сетка и набор ракеток для игры в большой теннис.

Оборудование тренажерного зала: штанги народные, штанга олимпийская, гири, гантели, тренажеры (беговая дорожка, велотренажер, тренажер для развития силовых качеств); гимнастические скамейки; скакалки; гимнастические палки; медицин болы.

Оборудование легкоатлетического ядра: беговая дорожка по кругу (300 метров х 6); прямая (100 м х 6); сектора для прыжков в длину и высоту; сектора для метания мяча, граны, копья, толкания ядра; гимнастический городок для развития физических качеств (лабиринт - рукоход, рукоход наклонный, рукоход горизонтальный, мышеловка); сектор для метания в цель

Оборудование плоскостных сооружений: баскетбольная площадка; волейбольная площадка; яма для прыжков в длину; футбольное поле 90 х 60

Средства обучения: музыкальный центр; фотоаппарат; учебные фильмы; наглядные плакаты; учебно-методические стенды

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ж.С. Ванькова, Г.А. Головизин и др. Физическое воспитание в профессионально-технических училищах. Методическое пособие. М., Высш. школа, 2000. 232 с
2. И.П. Залетаев, В.П. Шеянов, Б.И. Загорский и др. Физическая культура: Учеб. Для профтехобразования. М.: Высш. шк., 2002 – 287 с.

Дополнительные источники:

1. В.А., Кабачков, С.А. Полиевский Профессионально-прикладная физическая подготовка учащихся в средних ПТУ: Метод. Пособие – М.: Высш. Школа, 2002, 176 с
2. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод. Пособие / сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2008 – 526 с.

Интернет-ресурсы:

Учительская газета www.ug.ru;
1 сентябрь ps.1september.ru

Здоровье детей ps.1september.ru;
Спорт в школе ps.1september.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, контрольных работ и зачета

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры; - проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями; - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; - выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм и туризме при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма Усвоенные знания - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни; - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности Итоговый контроль по дисциплине	Оценка деятельности студента на практических занятиях №№ 1- 22 Тестирование, контрольная работа №№ 1- 6 Зачет

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии,	- Обоснование выбора профессии; - участие в мероприятиях профессиональной направленности; - Проектирование индивидуальной траектории профессионального развития	Эссе Портфолио, презентации Сертификат. Свидетельство

проявлять к ней устойчивый интерес		
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения, определенных руководителем	- определение задач деятельности с учетом поставленных целей и способов их достижений; - структурирование задач деятельности	Интерпретация результатов деятельности обучающегося в процессе освоения программы, выполнения практических занятий, учебной и производственной практики. Портфолио обучающегося (отзыв работодателя, дневник практики и т.д.)
ОК 3 Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы	- владение алгоритмом анализа рабочей ситуации; - выбор адекватных ситуациям методов и средств контроля, оценки и коррекции собственной деятельности; - проведение контроля, оценки и коррекции собственной деятельности; - выполнение функциональных обязанностей в рамках заданной рабочей ситуации	Интерпретация результатов деятельности обучающегося в процессе освоения программы, практических занятий, учебной и производственной практики. Отзыв работодателя
ОК 4 Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач	- владение методами и способами поиска информации; - осуществление оценки значимости информации для выполнения профессиональных задач; - использование информации как средства эффективного выполнения профессиональных задач	Наблюдение в ходе аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы, решение профессиональных задач при освоении программы
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	- владение персональным компьютером; - использование программного обеспечения в решении профессиональных задач; - применение мультимедиа в профессиональной деятельности; - осуществление анализа и оценки	Наблюдение в ходе освоения программы Дифференцированный зачет Портфолио

	информации с использованием информационно-коммуникационных технологий (электронно-методические комплекты, интернет-ресурсы, электронные носители и т.д.)	Презентации
ОК 6 Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами	- осуществление взаимодействия с коллегами в процессе решения задач; - проявление коллективизма; - владение технологией эффективного общения (моделирование, организация общения, управление общением, рефлексия общения) с коллегами, руководством, клиентами	Наблюдение в ходе освоения программы. Наблюдение в ходе формализованных образовательных ситуаций Тестирование
ОК 7 исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)	- участие в мероприятиях военно-патриотической направленности; - владение методами, средствами и способами создания безопасных условий безопасности жизнедеятельности; - владение методами и способами оказания помощи, защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - владение способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной жизнедеятельности и в условиях чрезвычайных ситуаций	Портфолио, наблюдение в ходе формализованных образовательных ситуаций Наблюдение в ходе освоения программы

