



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 16E774D691E6E8BB43B90C453EDF6726  
Владелец: Иванченко Ирина Васильевна  
Должность: И.о. директор  
E-mail: pedagogkmv@sspi.ru  
Организация: Филиал СГПИ в г. Железноводске  
Дата подписания: 31.05.2024  
Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2025

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»  
в г. Железноводске



Т.А. Пономаренко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
БД.03 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Уровень основной профессиональной образовательной программы СПО / ППССЗ

Шифр и наименование специальности 44.02.01 Дошкольное образование

Год набора 2021

Форма обучения очная

Факультет гуманитарный

Кафедра гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Декан факультета

/ Т.И. Ланцова

Заведующий кафедрой

/ М.Н. Арутюнян

Железноводск, 2024 г.

---


Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура»/ сост. преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин А.Н. Оробинская, Филиал СГПИ в г. Железноводске.

Рабочая программа предназначена для преподавательского состава и студентов очной формы обучения по специальности 44.02.01 Дошкольное образование и служит основой организации преподавания учебного предмета «Физическая культура» в 1 и 2 семестрах.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413, с учетом Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. № 1351.

Рабочая программа учебного предмета одобрена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин от «28» мая 2024 г. Протокол № 11.

Заведующий кафедрой

 / М.Н. Арутюнян

Преподаватель кафедры

гуманитарных и социально-экономических дисциплин  / А.Н. Оробинская

---

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	4
1.1. Область применения программы.....	4
1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы СПО /ППССЗ.....	4
1.3. Цель и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета .....	4
1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета (по ФГОС / учебному плану).....	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	7
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы .....	7
2.2. Тематический план и содержание учебного предмета «Физическая культура» .....	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	13
3.1. Требования к минимальному материально- техническому обеспечению ... ..	13
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	15
ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.....	16
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ .....	17
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ РЕВИЗИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.....	18

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебного предмета является частью ОПОП СПО/ЛПССЗ в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, укрупненной группы 44.00.00 Образование и педагогические науки.

## **1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы СПО /ЛПССЗ:**

Учебный предмет «Физическая культура» является базовым предметом общеобразовательной подготовки.

## **1.3. Цель и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета**

– формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;

– развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

– формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

– овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

– овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

– освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении 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.

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

### **личностных:**

– готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;

– Бережное отношение к собственному здоровью Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

– сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

– потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;

– приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;

– сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

– работающий в коллективе и команде, взаимодействующий с руководством,

---

коллегами и социальными партнерами.

- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;

- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

- готовность к служению Отечеству, его защите;

**метапредметных:**

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;

- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

**предметных:**

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

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

- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей

---

здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

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

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

- готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен

**уметь:**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма; выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;

- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

- включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;

**знать:**

- о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.

**1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета (по ФГОС / учебному плану):**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося – 175 часов,

в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка – 117 часов,

- самостоятельная работа обучающегося – 58 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>175</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>117</b>
в том числе:	
лекции	-
лабораторные работы	-
практические занятия	117
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>58</b>
в том числе:	
работа организуется в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП, не менее 2 часов в неделю. Реферирование по проблемам физической культуры Выполнение индивидуальных заданий	40
подготовка к промежуточной аттестации	18
<i>Промежуточная аттестация в форме: 1 семестр – зачет; 2 семестр – дифференцированный зачет.</i>	

**2.2. Тематический план и содержание учебного предмета «Физическая культура»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов			Код личностных результатов реализации программы воспитания	Уровень освоения
		Л.	Пр.	Сам.		
1	2	3			4	5
<b>I семестр</b>						
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>						
<p align="center"><b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений</p> <p align="center">* <b>Профессионально-ориентированное содержание</b></p>	<p align="center"><b>Содержание учебного материала (применение изученного материала в рамках освоения специальности)</b></p> <p align="center"><b>Практические занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника безопасности</li> <li>- Бег на короткие дистанции.</li> <li>- Эстафетный бег.</li> <li>- Бег на средние дистанции.</li> <li>- Бег на длинные дистанции.</li> <li>- Кросс: 2000м, 3000м.</li> <li>- Прыжок в длину с места.</li> <li>- Прыжок в длину с разбега.</li> <li>- Прыжки в высоту.</li> <li>- Метание мяча, гранаты.</li> <li>- Челночный бег.</li> </ul>		26		ЛР 9	1,2
	<p align="center"><b>Самостоятельная работа студента:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовка реферата</li> <li>- Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальная карта здоровья).</li> <li>- Выполнение общеразвивающих упражнений.</li> <li>- Совершенствование легкоатлетических упражнений.</li> </ul>			8	ЛР 9	1
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>						
<p align="center"><b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники гимнастических</p>	<p align="center"><b>Содержание учебного материала (применение изученного материала в рамках освоения специальности)</b></p> <p align="center"><b>Практические занятия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника безопасности.</li> </ul>		20		ЛР 9	2



<p>упражнений</p> <p style="text-align: center;">*</p> <p><b>Профессионально-ориентированное содержание</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки.</li> <li>- Упражнение на брусьях разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.</li> <li>- Опорный прыжок «ноги врозь».</li> <li>- Опорный прыжок «согнув ноги».</li> <li>- Акробатика: кувырки, стойки, перевороты.</li> <li>- Комбинации из изученных элементов.</li> <li>- Полоса препятствий.</li> <li>- Развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, выносливость, гибкость)</li> </ul>					
	<p style="text-align: center;"><b>Самостоятельная работа студента:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовка реферата</li> <li>- Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях гимнастикой». «Классификация инвентаря»</li> <li>- Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без.</li> <li>- Проектирование комплексов упражнений с гимнастической палкой.</li> </ul>			8	ЛР 9	1
<b>Раздел 3. Волейбол</b>						
<p><b>Тема 3.1.</b></p> <p>Совершенствование технико-тактических действий волейбола</p>	<p style="text-align: center;"><b>Практические занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника безопасности.</li> <li>- Стойка и перемещения волейболиста.</li> <li>- Верхняя передача и прием мяча.</li> <li>- Нижний прием и передача мяч.</li> <li>- Нижняя прямая подача.</li> <li>- Нападающий удар.</li> <li>- Тактические действия в защите и нападении.</li> <li>- Контрольные нормативы. Учебная игра.</li> </ul>		14		ЛР 9	1,2

	<p align="center"><b>Самостоятельная работа студента:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовка реферата: «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания».</li> <li>- Работа с учебным материалом: «Совершенствование технико- тактических действий баскетбола».</li> <li>- Выполнение общеразвивающих упражнений.</li> </ul>			4	ЛР 9	1
		<i>Итого в I семестре:</i>		60	20	
			80			
<b>II семестр</b>						
<b>Раздел 3. Волейбол</b>						
						1,2
<p align="center"><b>Тема 3.1.</b></p> <p>Совершенствование технико-тактических действий волейбола</p>	<p><b>Практические занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника безопасности.</li> <li>- Стойка и перемещение волейболиста.</li> <li>- Верхняя передача и прием мяча в движении.</li> <li>- Нижний прием и передача мяча в движении.</li> <li>- Верхняя прямая подача.</li> <li>- Нападающий удар.</li> <li>- Блокирование.</li> <li>- Тактические действия в защите и нападении.</li> <li>- Контрольные нормативы. Учебная игра.</li> </ul>			14	ЛР 9	1,2
	<p align="center"><b>Самостоятельная работа студента:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовка реферата: «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания».</li> <li>- Работа с учебным материалом: «Совершенствование технико- тактических действий баскетбола».</li> <li>- Выполнение общеразвивающих упражнений.</li> </ul>			12	ЛР 9	1
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>						
						2

<b>Тема 4.1.</b> Совершенствование технико-тактических действий баскетбола	<b>Практические занятия</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стойки и перемещения баскетболиста.</li> <li>- Броски мяча по кольцу.</li> <li>- Ловля и передача мяча одной и двумя руками.</li> <li>- Техника ведения мяча.</li> <li>- Техника ведения мяча с высоким отскоком, низким отскоком.</li> <li>- Выполнение штрафного броска, трехочкового броска.</li> <li>- Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.</li> <li>- Взаимодействие игроков в защите и нападении.</li> <li>- Учебная игра.</li> </ul>		26		ЛР 9	1,2	
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях». «Правила игры в баскетбол»;</li> <li>- Проектирование подвижной игры;</li> <li>- Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.</li> </ul>			16	ЛР 9	1	
<b>Раздел 5. Легкая атлетика</b>							1,2
<b>Тема 5.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,  * <b>Профессионально-ориентированное содержание</b>	<b>Содержание учебного материала (применение изученного материала в рамках освоения специальности)</b> <b>Практические занятия</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег на короткие дистанции: техника низкого старта; ускорения из различных исходных положений, в парах, тройках, группах; стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование; бег по повороту; бег в равномерном темпе (500 – 2000м.)</li> <li>- Техника отталкивания в сочетании с разбегом; прыжки с «жесткого» мостика, с короткого разбега; техника приземления; прыжки с короткого и полного разбега на результат;</li> <li>- Метание малого мяча и гранаты с места, с двух шагов, с трех шагов; метание</li> </ul>		17		ЛР 9	1,2	

	на дальность с фиксацией результата с места и с разбега; - Подвижные игры и эстафеты с элементами бега, прыжков и метаний.					
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> - Работа с учебным материалом: «Основные признаки утомления. - Факторы регуляции нагрузки», «Врачебный контроль, его содержание». - Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.			10	ЛР 9	1
		<b>Итого во II семестре:</b>		57	38	
				95		
		<b>Всего:</b>		117	58	
				175		

1 – **ознакомительный** (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2 – **репродуктивный** (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – **продуктивный** (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Реализация учебного предмета требует наличия спортивного зала, укомплектованный типовой мебелью для обучающихся и преподавателя. По заявке устанавливается мобильный комплект (ноутбук, проектор, экран, колонки).

Компьютерное оборудование оснащено комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Пакеты программного обеспечения общего назначения (возможны следующие варианты: «Мой Офис», «Microsoft Office», «Libre Office», «Apache Open Office»).
2. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Sumatra PDF Reader», «Adobe Acrobat Reader DC».
3. Приложение, позволяющее сканировать и распознавать текстовые документы (возможны следующие варианты: «ABBYY Fine Reader», «Win Scan 2PDF»).
4. Программа-файловый архиватор (возможны следующие варианты: «7-zip», «WinRAR»).
5. Программа для организации и проведения тестирования (возможны следующие варианты: «Айрен», «My testX»).
6. Программа просмотра интернет-контента (браузер) (возможен следующий вариант: «Yandex»).

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### Основные источники:

1. Лях, В. И. Физическая культура : 10—11-е классы : базовый уровень : учебник / В. И. Лях. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2023. — 271 с. — ISBN 978-5-09-103628-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334643>
2. Матвеев, А. П. Физическая культура : 10—11-е классы : базовый уровень : учебник / А. П. Матвеев. — 4-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 319 с. — ISBN 978-5-09-092097-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334646>
3. Матвеев, А. П. Физическая культура: 10—11-е классы: базовый уровень : учебник / А. П. Матвеев, Е. С. Палехова. — 6-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 158 с. — ISBN 978-5-09-094658-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334511>
4. Погадаев, Г. И. Физическая культура: 10-11-е классы: базовый уровень : учебник / Г. И. Погадаев. — 9-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 287 с. — ISBN 978-5-09-095244-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334886>

##### Дополнительные источники:

1. Физическая культура. Теоретический курс. Тестовые задания для проверки знаний : учебное пособие / составители Е. Г. Лебедева [и др.]. — Вологда : ВоГУ, 2018. — 75 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/291857>
2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва :

- Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513286>
3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>.
  4. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515160>
  5. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514806>
  6. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517442>

#### **Интернет-ресурсы:**

##### *Электронные библиотечные системы*

1. ЭБС «Юрайт» [www.urait.ru](http://www.urait.ru)
2. Электронно-библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com/>
3. ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru» <http://ibooks.ru>
4. «Национальная электронная библиотека» (НЭБ) <http://rusneb.ru/>

##### *Электронные образовательные ресурсы*

1. ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен <http://magazines.gorky.media>
2. «Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом) <http://lib.pushkinskiydom.ru>
3. ЭБС «Педагогическая библиотека» <http://pedlib.ru>
4. Научная электронная библиотека <https://elibrary.ru>
5. Научная электронная библиотека «Киберленинка» <https://cyberleninka.ru/>
6. Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа [http://www.rasl.ru/e\\_resours/resursy\\_otkrytogo\\_dostupa.php](http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php)
7. Словари и энциклопедии <https://dic.academic.ru>
8. Педагогическая мастерская «Первое сентября» <https://fond.1sept.ru>
9. Национальная платформа «Открытое образование» <https://openedu.ru>
10. Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru>
11. Российское образование. Федеральный портал <http://edu.ru>
12. Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ» <https://online.edu.ru>
13. Цифровая образовательная платформа «Media» (ЛЕСТА), ГК «Просвещение» <http://media.prosv.ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Оценка качества освоения учебной программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по итогам освоения предмета.



Текущий контроль проводится в форме тестирования, контрольные нормативы. Промежуточная аттестация по предмету проводится в форме тестирования, контрольных нормативов.

Методическое обеспечение в виде перечня тестовых заданий (нормативов), тематики рефератов отражено в ФОС предмет.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>В результате изучения учебного предмета обучающийся должен <b>уметь</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;</li> <li>–выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), элементы техники спортивных игр;</li> <li>–выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;</li> <li>–осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;</li> <li>–соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;</li> <li>–осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;</li> <li>–использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по развитию физических качеств, совершенствованию техники движений для гармоничного развития и коррекции осанки;</li> <li>–включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;</li> </ul> <p><b>знать</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;</li> <li>– основы формирования двигательных действий и развития физических качеств</li> <li>– способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.</li> </ul>	<p><i>Текущий контроль:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– контрольная работа, самостоятельная работа (рефераты);</li> <li>– тестирование уровня технической и физической подготовленности в практических занятиях;</li> <li>– тестирование уровня развития скоростно-силовых способностей;</li> <li>– педагогическое наблюдение за техникой выполнения упражнений.</li> </ul> <p><i>Промежуточная аттестация:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– зачет (1 семестр);</li> <li>– дифференцированный зачет (2 семестр)</li> </ul>

---

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

<b>Кафедра</b>	<b>ФИО заведующего</b>	<b>Подпись</b>	<b>Дата</b>
Гуманитарных и социально-экономических дисциплин	Арутюнян М.Н.		28.05.2024
И.о. заведующего библиотекой	Клименко А.В.		28.05.2024



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование от 27.10.2014 г. № 1351, Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования"	Протокол заседания кафедры гуманитарный и социально-экономических дисциплин № 8 от 25 марта 2021 г.	25.03.2021 г.
2.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 05 мая 2022 г.	05.05.2022 г.
3.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 22 мая 2023 г.	22.05.2023 г.
4.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 11 от 28 мая 2024 г.	28.05.2024 г.

