



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 16E774D691E6E8BB43B90C453EDF6726  
Владелец: Иванченко Ирина Васильевна  
Должность: И.о. директора филиала  
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

«28» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОГСЭ.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Уровень основной профессиональной образовательной программы СПО /  
ППССЗ

Шифр и наименование специальности 44.02.01 Дошкольное образование

Год набора 2022

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 учебной дисциплины «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 учебной дисциплины в 3-7 семестрах.

Рабочая программа составлена 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 2014г. № 1351.

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

Заведующий кафедрой



/ М.Н. Арутюнян

Старший преподаватель кафедры  
гуманитарных и социально-экономических дисциплин



А.Н. Оробинская

---

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
1.1. Область применения программы.....	4
1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы СПО / ППСЗ.....	4
1.3. Цель и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины .....	4
1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины (по ФГОС/учебному плану) .....	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....	6
2.2. Тематический план учебной дисциплины «Физическая культура» .....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	15
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....	15
3.2. Информационное обеспечение обучения .....	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	17
ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.....	19
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.....	20
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ РЕВИЗИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ .....	21

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

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

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы СПО/ППССЗ:

Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому учебному циклу.

## 1.3 Цель и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель освоения дисциплины «Физическая культура»- формирование физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Учебные задачи дисциплины:

- знать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

- формировать мотивационно – ценностные отношения к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, физическими упражнениями и спортом.

- обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студента к будущей профессии.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

*Общие компетенции (ОК)*

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

ОК-2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК-3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК-4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и

---

личностного развития.

ОК-5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК-6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК-7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК-8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК-9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК-10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК-11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

#### *Профессиональные компетенции (ПК)*

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.

#### ***1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины (по ФГОС / рабочему учебному плану):***

Максимальная учебная нагрузка обучающегося **344** часа,  
в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка **172** часа,
- самостоятельная работа обучающегося **172** часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>344</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>	<b>172</b>
В том числе:	
Лекции	
Лабораторные работы	
Практические занятия	172
Контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>172</b>
В том числе:	
Самостоятельная работа над курсовой работой	Не предусмотрена
Подготовка к аудиторным занятиям (Написание рефератов)	70
проектирование индивидуальных комплексов физических упражнений	50
практическое выполнение комплексов физических упражнений	50
Подготовка к промежуточной аттестации	2
<i>Промежуточная аттестация в форме: Зачет – 3, 4,5,6 семестр Дифференцированный зачет 7 семестр.</i>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «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>III семестр</b>						
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	ЛР9	1,2
<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>		2			
	Бег на короткие дистанции		2			
	Эстафетный бег		2			
	Бег на средние дистанции		2			
	Кросс: 2000м, 3000м		2			
	Прыжок в длину с места, с разбега					
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальная карта здоровья). Выполнение общеразвивающих упражнений. Совершенствование легкоатлетических упражнений.			10		
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>			<b>12</b>	<b>12</b>	ЛР9	2
	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
<b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники гимнастических упражнений	Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки.		2			
	Полоса препятствий					
	Упражнение на брусьях, разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.		2			
	Опорный прыжок: «ноги врозь»		2			
	Опорный прыжок: «согнув ноги»		2			
	Акробатика: кувырки, стойки, перевороты		2			
	Комбинация из изученных элементов		2			
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата			12		

	Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях гимнастикой». «Классификация инвентаря» Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без. Проектирование комплексов упражнений с гимнастической палкой.					
<b>Раздел 3. Волейбол</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	ЛР9	
<b>Тема 3.1.</b> Совершенствование технико-тактических действий волейбола	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>		2			
	Стойка и перемещение волейболиста.		2			
	Верхняя передача и прием мяча		2			
	Нижний прием и передача мяч		2			
	Нижняя прямая подача		2			
	Верхняя прямая подача		2			
	Нападающий удар		2			
	Блокирование. Тактические действия в защите и нападении		2			
	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры		2			
	<b>Самостоятельная работа студента</b> Подготовка реферата: «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания». Работа с учебным материалом: «Совершенствование технико-тактических действий волейбола» Выполнение общеразвивающих упражнений.			18		
<b>Итого в III семестре:</b>			<b>40</b>	<b>40</b>		
			<b>80</b>			
<b>IV семестр</b>						
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	ЛР9	
<b>Тема 4.1.</b> Совершенствование технико-тактических	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Контрольные нормативы		2			
	Стойки и перемещения баскетболиста		2			
	Броски мяча по кольцу		2			
	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой, ловля мяча одной и двумя руками		2			
	Техники ведения мяча		2			
Техники ведения мяча с высоким отскоком, низким отскоком.		2				



действий баскетбола	Выполнение штрафного броска, трех очкового броска		2				
	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.		2				
	Контрольные нормативы		2				
	Самостоятельная работа студента: Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях». «Правила игры в баскетбол»; Проектирование подвижной игры; Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.			18			
<b>Раздел 5. Легкая атлетика</b>			<b>14</b>	<b>6</b>		ЛР9	
<b>Тема 5.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	<b>Содержание учебного материала</b>						
	<b>Практические занятия</b>		2				
	Бег на короткие дистанции:- техника низкого старта		2				
	Эстафетный бег: передача палочки на месте, правила соревнований в эстафетном беге, разметка коридора		2				
	Метание малого мяча и гранаты с места, с двух шагов, с трех шагов, метание на дальность с фиксацией результата с места и с разбега		2				
	Подвижные игры и эстафеты с элементами бега, прыжков и метаний		2				
	Прыжок в длину с места, с разбега		2				
	Челночный бег		2				
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальная карта здоровья). Совершенствование легкоатлетических упражнений. Работа с учебным материалом: проектирование комплексов ОРУ и их выполнение				6		
	<b>Итого в IV семестре:</b>			<b>32</b>	<b>24</b>		
<b>Итого:</b>				<b>56</b>			
<b>Курс 3</b>							
<b>V семестр</b>							
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			<b>10</b>	<b>14</b>		ЛР9	
<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники	<b>Содержание учебного материала</b>						
	<b>Практические занятия</b>						
	Бег на короткие дистанции		2				
	Эстафетный бег		2				

легкоатлетических упражнений,	Бег на средние дистанции		2			
	Бег на длинные дистанции		2			
	Кросс: 2000м, 3000м.		2			
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях гимнастикой». «Классификация инвентаря» Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без, упражнения с мячом; Проектирование комплексов упражнений с гимнастической палкой.				14	
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>			<b>10</b>	<b>12</b>	ЛР9	1,2
<b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники гимнастических упражнений	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					1,2
	Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки.		2			
	Упражнение на брусьях, разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.		2			
	Опорный прыжок: «ноги врозь», Опорный прыжок: «согнув ноги».		2			
	Акробатика: кувырки, стойки, перевороты.		2			
	Комбинация из изученных элементов Развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, выносливость, гибкость)		2			
	<b>Самостоятельная работа студента</b> Подготовка реферата: «Правила игры в волейбол», «Правила по технике безопасности игры», «Диагностика и самодиагностика состояния организма учащегося при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом».				12	
<b>Раздел 3. Волейбол</b>			<b>18</b>	<b>14</b>	ЛР9	2
<b>Тема 3.1.</b> Совершенствование технико-тактических действий волейбола	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					1,2
	Стойка и перемещение волейболиста.		2			
	Верхняя передача и прием мяча		2			
	Нижний прием и передача мяч		2			
	Нижняя прямая подача		2			
	Верхняя прямая подача		2			
	Нападающий удар		2			
	Блокирование, судейство		2			
Тактические действия в защите и нападении		2				

	Учебная игра		2			
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата: «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания». Работа с учебным материалом: «Совершенствование технико-тактических действий волейбола» Выполнение общеразвивающих упражнений.			14		1
		<b>Итого в V семестре:</b>	<b>38</b>	<b>40</b>		
			<b>78</b>			
<b>Семестр VI</b>						
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>			<b>16</b>	<b>18</b>	ЛР9	1,2
	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					1,2
	Стойки и перемещения баскетболиста		2			
	Броски мяча по кольцу.		2			
	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой, ловля мяча одной и двумя руками		2			
	Техники ведения мяча, техники ведения мяча с высоким отскоком, низким отскоком.		2			
	Выполнение штрафного броска, трех очкового броска.		2			
	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.		2			
	Взаимодействие игроков на площадке		2			
	Учебная игра		2			
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Самостоятельная работа студента: Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях». «Правила игры в баскетбол»; Проектирование подвижной игры; Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.			18		1
<b>Раздел 5. Легкая атлетика</b>			<b>6</b>	<b>10</b>	ЛР9	1,2
	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					2
	Бег на короткие дистанции:- техника низкого старта, ускорения из различных исходных положений, в парах, тройках, группах;- стартовый разгон бег с различной скоростью.		2			

упражнений,	Метание малого мяча и гранаты с места, с двух шагов, с трех шагов ; метание на дальность с фиксацией результата с места и с разбега		2				
	Эстафетный бег: передача палочки на месте;- правила соревнований в эстафетном беге, разметка коридора		2				
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата «О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании», «Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена Работа с учебным материалом: Проектирование подвижной игры;			10		1	
<b>Итого в VI семестре:</b>			22	28			
			<b>50</b>				
<b>Итого</b>			<b>60</b>	<b>60</b>			
<b>Курс 4</b>							
<b>VII семестр</b>							
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>							
			<b>10</b>	<b>10</b>	ЛР9	2	
<b>Содержание учебного материала</b>							
<b>Практические занятия</b>							
<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	Бег на короткие дистанции		2				
	Бег на средние дистанции.		2				
	Кросс 2000 м - 3000м.		2				
	Метание гранаты. Эстафетный бег		2				
	Метание гранаты. Контрольные нормативы		2				
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата *Анализ литературы по проблеме: «Современное состояние физической культуры и спорта в России» Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без, упражнения с мячом; Проектирование комплексов упражнений с гимнастической палкой.				10	1	
	<b>Раздел 2. Гимнастика</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	ЛР9	1,2
<b>Содержание учебного материала</b>							
<b>Практические занятия</b>							
<b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники гимнастических упражнений,	Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки.		2				
	Упражнение на брусьях, разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.		2				
	Опорный прыжок: ноги врозь, опорный прыжок: согнув ноги.		2				
	Акробатика: кувырки, стойки, перевороты. Зачетные комбинации.		2				
	Комбинация из изученных элементов		2				
<b>Самостоятельная работа студента</b>							

	Подготовка реферата: «Правила игры в волейбол». Анализ литературы по проблеме: «Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни» «Диагностика и самодиагностика состояния организма учащегося при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом»; Проектирование комплекса ритмической гимнастики.			10		1
<b>Раздел 3. Волейбол</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	ЛР9	2
<b>Тема 3.1.</b> Совершенствование технико-тактических действий волейбола <b>Тема</b>	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Стойка и перемещение волейболиста.		2			
	Верхняя передача и прием мяча. Нижний прием и передача мяча.		2			
	Верхняя прямая подача. Нижняя прямая подача.		2			
	Нападающий удар. Блокирование.		2			
	Тактические действия в защите и нападении. Учебная игра.		2			
<b>Самостоятельная работа студента:</b> Подготовка реферата: «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания». Работа с учебным материалом: «Совершенствование технико-тактических действий волейбола» Выполнение общеразвивающих упражнений.			10			1
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>					ЛР9	
<b>4.1.</b> Совершенствование технико-тактических действий баскетбола	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>10</b>	<b>10</b>		
	<b>Практические занятия</b>					
	Стойки и перемещения баскетболиста. Броски мяча по кольцу		2			
	Передача мяча двумя руками от груди одной рукой, ловля мяча одной и двумя руками, техники ведения мяча, техники ведения мяча с высоким отскоком, низким отскоком.		2			
	Выполнение штрафного броска, трех очкового броска.		2			
	Правила судейства		2			
	Учебная игра		2			
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Самостоятельная работа студента: Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях». «Правила игры в баскетбол»; Проектирование подвижной игры;				10	

	Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.				
		<b>Итого в VII семестре:</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	
			<b>80</b>		
		<b>Всего:</b>	<b>172</b>	<b>172</b>	
			<b>344</b>		

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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

В соответствии с ФГОС СПО филиал обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (состав определяется в рабочих программах дисциплин (модулей) и подлежит обновлению при необходимости).

1. Пакеты программного обеспечения общего назначения (возможны следующие варианты: «МойОфис», «MicrosoftOffice», «LibreOffice», «ApacheOpenOffice»).

2. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Sumatra PDF Reader», «AdobeAcrobatReaderDC».

3. Приложение, позволяющее сканировать и распознавать текстовые документы (возможны следующие варианты: «ABBYFineReader», «WinScan2PDF»).

4. Программа-файловый архиватор (возможны следующие варианты: «7-zip», «WinRAR»).

5. Программа для организации и проведения тестирования (возможны следующие варианты: «Айрен», «MytestX»).

6. Программа просмотра интернет-контента (браузер) (возможен следующий вариант: «Yandex»).

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### **Основная литература**

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>

##### **Дополнительная литература:**

1. 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>

2. 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>

3. 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>

4. 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>

5. 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>

### ***Электронные библиотечные системы***

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



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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины 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 дисциплины.

Текущий контроль проводится в форме контрольных нормативов, рефератов, тестовых заданий.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета в 3,45 и 6 семестрах, дифференцированного зачета в 7 семестре.

Методическое обеспечение в виде контрольных нормативов, рефератов, тестовых заданий, к дифференцированному зачету отражено в ФОС по учебной дисциплине.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате изучения учебной дисциплины 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), технические действия 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; 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 формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки,</li></ul>	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- контрольных нормативов</li><li>- рефератов</li><li>- тестовых упражнений</li></ul> <p>Промежуточная аттестация в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- зачета (3-6 семестры),</li><li>- дифференцированного зачета (7 семестр)</li></ul>

---

развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

- включать занятий 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.

---

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Кафедра	ФИО заведующего	Подпись	Дата
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 гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 05 мая 2022 г.	05.05.2022 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 22 мая 2023 г.	22.05.2023 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 № 11 от 28 мая 2024 г.	28.05.2024 г.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ РЕВИЗИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Основание ревизии	Ревизия			
		Дата	Результат	Подпись, лица, проводившего ревизию	ФИО, должность лица, проводившего ревизию