

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244e728abc3661ab35e9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Факультет психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ
Декан
_____ Л. Я. Лозован
«23» марта 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

по специальности
среднего профессионального образования

44.02.02 Преподавание в начальных классах

углубленной подготовки

Форма обучения
очная

Новокузнецк, 2023

Рабочая программа дисциплины составлена на основании требований ФГОС СПО и учебного плана ППССЗ по специальности 44.02.02 *Преподавание в начальных классах*.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена:

на заседании кафедры Педагогики и методики начального образования
наименование кафедры

10 марта 2023 г. протокол № 7 Зав. кафедрой Елькина О.Ю.
Ф.И.О. подпись



на заседании методической комиссии факультета психологии и педагогики
наименование факультета

22 марта 2023 г. протокол № 6 Председатель МК Серегина О.С.



Эксперты от работодателя:

Муниципальное бюджетное нетиповое общеобразовательное учреждение «Лицей № 11» г. Новокузнецка

место работы

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе начальных классов Хитрых Е.В.
должность подпись, Ф.И.О.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4» г. Новокузнецка

место работы

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе 1-5 классов Литучева О.П.
должность подпись, Ф.И.О.



ППССЗ утверждена

Ученым советом факультета психологии и педагогики (протокол Ученого совета факультета № 9 от 23.03.2023 г.)

Год начала подготовки по учебному плану: 2022.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 05. Физическая культура

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППСЗ) по специальности **44.02.02 Преподавание в начальных классах**.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования

Учебная дисциплина **ОГСЭ 05. Физическая культура** входит в состав общего гуманитарного и социально-экономического цикла обязательной части образовательной программы. Данная дисциплина обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности федерального государственного образовательного стандарта по специальности **44.02.02 Преподавание в начальных классах**.

Учебная дисциплина изучается в 1 – 6 семестрах.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

уметь:

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

знать:

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

- основы здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются общие и профессиональные **компетенции**:

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.

ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

ПК 1.2. Проводить уроки.

ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.

- ПК 2.2. Проводить внеурочные занятия.
 ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.
 ПК 3.3. Проводить внеклассные мероприятия.

Освоение программы дисциплины обеспечивает достижение **личностных результатов**

Таблица 1

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
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	ЛР 9
Принимающий на себя ответственность за качество образовательного процесса.	ЛР 21
Стремящийся к самообразованию, повышению квалификации.	ЛР 22

1.4 Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 344 часа, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 172 часа;
- самостоятельной работы – 172 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 2

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	344
в том числе: практические занятия	172
Консультации	-
Самостоятельная работа (Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях)	172
Промежуточная аттестация в форме - <i>другие формы аттестации (1-5 семестры)</i> - <i>дифференцированного зачета (6 семестр)</i>	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины *ОГСЭ 05. Физическая культура*

Таблица 3

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Осваиваемые компетенции
1	2		3	4
Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности				
Тема 1.1 Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала			ОК 1 - 11 ПК 1.1, 1.2, 2.1, 2.2, 3.2, 3.3
	1	Техника бега (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4 *100 м.; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши).		
	2	Метание набивного мяча и гранаты с места и с разбега весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра		
	3	Специально беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.		
	В том числе практических занятий		42	
	1	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики. Техника беговых и прыжковых упражнений Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования		
	2	Совершенствование техники спринтерского бега. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования. Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив		
	3	Овладение техникой эстафетного бега, передача эстафетной палочки.		
	4	Техника специально беговых и прыжковых упражнений. Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив.		
	5	Совершенствование техники метания. Овладение техникой метания гранаты, толкания ядра.		
	6	Техника бега по дистанции (беговой цикл) Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг) Контрольный норматив - техника бега на дистанции 2000 м. (девушки), 3000 метров (юноши).		
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		42	
Тема 1.2 Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала			
	1	Физические качества человека .		
	2	Средства и методы развития быстроты и гибкости		

	3	Средства и методы развития выносливости, координационных способностей, силы в играх и упражнениях	
	В том числе практических занятий		12
	1	Бег различной интенсивности с низкого и высокого старта, челночный бег – контрольный норматив.	12
	2	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц, с предметами и без предметов. Круговой метод тренировки.	
	3	Выполнение тестов ОФП и ГТО: упражнения для развития силы - на перекладине: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев.); подтягивание из виса на высокой перекладине (юн.); или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	
	4	Подвижные игры: лапта, снайпер	
	Самостоятельная работа: Выполнить упражнения для развития силовых качеств – подтягивание, отжимание в упоре лежа, упражнения с отягощением. Упражнения на развитие гибкости, силы, ловкости, координации. Подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		
Тема 1.3 Баскетбол			
Содержание учебного материала			
1	Техника выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча.		
2	Овладение техникой выполнения ведения мяча. Техника ведения мяча на месте и в движении. Ведение с сопротивлением и применением финтов		
3	Владение мячом – ловля одной, двумя руками. Ловля и передача мяча разными способами .		
4	Броски мяча в корзину с места и после ведения Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола		
5	Тактика игры в баскетбол: тактика защиты, тактика нападения. Индивидуальные групповые и командные действия игроков.		
6	Правила игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
В том числе практических занятий Овладение техникой выполнения ведения мяча		32	
1	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Развитие физических способностей средствами баскетбола. Техника перемещений: стойки баскетболиста, ходьба, бег; остановки. Повороты на месте и в движении.		
2	Овладение техникой ведения мяча на месте, в движении на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу. Техника ведения мяча в движении в игровой ситуации.		
3	Ловля и передача мяча в парах от груди, от головы, от плеча на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении во встречных колонна. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности		
4	Техника бросков мяча в движении в игровой ситуации. Выполнение бросков в кольцо с места, стоя сбоку		

Тема 1.4 Волейбол		от щита, бросков после ведения и двух шагов, штрафных бросков. Броски по кольцу из разных точек.	
	5	Тактика игры: индивидуальные и групповые взаимодействия в учебной игре	
	6	Изучение правил игры в баскетбол. Зачетные упражнения.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, судейство игр, выполнение других индивидуальных заданий. Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях		32
	Содержание учебного материала		
	1	Техника выполнения приёмов игры: стойки игрока в волейболе, перемещения по площадке. Развитие физических способностей средствами волейбола	
	2	Техника выполнения приёмов игры: передачи мяча, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападение и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении	
	3	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	
	4	Групповые и командные действия игроков. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	
	5	Правила игры в волейбол.	
Тема 1.5 Лыжная подготовка	В том числе практических занятий		32
	1	Техника безопасности на занятиях волейболом. Развитие физических способностей средствами волейбола. Овладение техникой перемещения разными способами в стойке волейболиста 2. Выполнение контрольного норматива: подача точная любым из изученных способов.	
	2	Передача мяча. Прием мяча. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. Выполнение приёма и передачи мяча сверху и снизу индивидуально, у стены, в парах. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке.	
	3	Овладение и совершенствование техники подачи мяча мяча: нижней прямой и боковой, верхней прямой. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	
	4	Приём и передача мяча, отскочившего от сетки, страховка сетки. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара.	
	5	Изучение правил игры, расстановка игроков, жесты судьи. Итоговая учебная игра с применением основных правил игры в волейбол. Двусторонняя игра с соревновательным эффектом. Зачетные упражнения.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, судейство игр, выполнение других индивидуальных заданий. Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		32
	Содержание учебного материала		
	1	Одновременные классические ходы	
	2	Попеременные классические ходы	
	3	Полуконьковый и коньковый ходы	

	4	Повороты, торможения, спуски и подъёмы в лыжной подготовке	
	5	Развитие выносливости	
	В том числе практических занятий		24
	1	Классические лыжные ходы. Посадка лыжника.Выполнение техники одновременных ходов: бесшажного, одношажного, двухшажного на учебном круге.	
	2	Выполнение техники скользящего шага, двухшажного попеременного хода на учебном круге	
	3	Овладение техникой конькового и полуконькового ходов	
	4	Работа над техникой двухшажного попеременного хода и одновременных ходов на учебной лыжне. Перемещение по пересечённой местности.	
	5	Выполнение техники подъёмов и спусков, поворотов и торможений на склоне средней крутизны. Посадка лыжника.	
	6	Контрольные нормативы: прохождение дистанции до 3 км (дев.) 5 км (юн.).	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		24
Тема 1.6 Плавание	Содержание учебного материала		
	1	Техника безопасности на уроках плавания. Техника спортивных способов плавания (кроль на груди, на спине; брасс)	
	2	Техника стартов и поворотов (повороты в плавании, старты из воды, с тумбочки, свободные прыжки в воду) .	
	3	Проплывание дистанции до 400 м изученными способами. Подвижные игры и эстафеты с элементами плавания.	
	В том числе практических занятий		12
	1	Овладение техникой подготовительных упражнений по освоению с водой: выдох в воду, открывание глаз в воде, поплавок, скольжение на груди и спине, работа ногами.	
	2	Выполнение согласованной работы ног, рук, дыхания при плавании кролем на груди	
	3	Овладение техникой плавания способом кроль на спине, брасс	
	4	Освоение и совершенствование техники стартов и поворотов: выполнение стартов с бортика, с тумбочки, свободных прыжков в воду.	
		Развитие физических способностей средствами плавания.	
	5	Плавание изученными способами до 400 м.	
	6	Контрольные нормативы: плавание 50м. любым изученным способом.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		12

Тема 1.7(1) Гимнастика	Содержание учебного материала		
	1	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Строевые приемы: построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания	
	2	Общеразвивающие упражнения без предмета, с предметом, парные, групповые, на снарядах и тренажерах	
	3	Прикладные упражнения: ходьбы и бега, упражнения в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки	
	В том числе практических		6
	1	Совершенствование строевых упражнений. Упражнения для развития силы основных мышечных групп.	
	2	Комплексы упражнений для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Упражнения на гибкость и координацию движений.	
	3	Выполнение прикладных упражнений. Зачетные упражнения: выполнение тестов ГТО.	
Самостоятельная работа: Самостоятельное выполнение комплексов упражнений: для развития силовых качеств – подтягивание, отжимание в упоре лежа, упражнения с отягощением. Упражнения на развитие гибкости, силы, ловкости, координации.		6	
Тема 1.7(2) Ритмическая гимнастика	Содержание учебного материала		
	1	Основные виды перемещений. Базовые шаги с движениями рук.	
	2	Общеразвивающие упражнения на месте в положении стоя, сидя, лёжа и в движении	
	2	Танцевально-прыжковые упражнения на месте и в движении	
	4	Развитие физических качеств при занятиях аэробикой	
	В том числе практических занятий		12
	1	Овладение техникой базовых шагов, перемещений в разных направлениях с движениями рук.	
	2	Выполнение ОРУ стоя и в партере, на месте и в движении	
	3	Выполнение прыжков и танцевальных перемещений с музыкальным сопровождением	
	4	Проведение составленных комплексов упражнений с группой студентов	
	Самостоятельная работа: Выполнение комплекса ритмической гимнастики.		12
	Итого:		344

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает специальные учебные помещения, оборудованные мебелью, в том числе:

- 1) Помещения для проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов

Плавание	214 Бассейн. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: вышки для прыжков, спортивный инвентарь (доски для плавания, нудлы для плавания, секундомеры настенные и др.).	654041, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, Ул. Циолковского, д.6 СК «Олимп»
Спортивные игры	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13
Общая физическая подготовка	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13
Легкая атлетика	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13

- 2) Помещения для самостоятельной работы с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, в том числе электронную библиотеку КГПИ КемГУ.

Программное обеспечение общего назначения:

Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО), Firefox 14 (свободно распространяемое ПО), Opera 12 (свободно распространяемое ПО), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), AdobeReaderX I (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО).

3.2 Информационное обеспечение

3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине

Основная литература

1. 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, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/475342> – Текст : электронный.

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/471143> – Текст : электронный.

3. *Муллер, А. Б.* Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/469681> — Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08973-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/474473> — Текст : электронный.

2. *Жданкина, Е. Ф.* Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/453245> — Текст : электронный.

3. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/488422> — Текст : электронный.

4. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/476678> — Текст : электронный.

5. *Туревский, И. М.* Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/476074> — Текст : электронный.

6. Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/487324> — Текст : электронный.

7. *Дворкин, Л. С.* Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/474253> — Текст : электронный.

8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/487323> — Текст : электронный.

3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам, электронным базам периодических изданий:

Доступные электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система «Лань» - <http://e.lanbook.com>
2. Электронно-библиотечная система «Знаниум» - www.znanium.com
3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» - <http://urait.ru>.

Доступ к ЭБС из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

Кроме того, для студентов и преподавателей доступны ресурсы Межвузовской электронной библиотеки (МЭБ) (<https://icdlib.nspu.ru/>), Базы данных периодических изданий East View (<https://dlib.eastview.com/browse>), Научной электронной библиотеки (<https://www.elibrary.ru/>), Национальной электронной библиотеки, сетевая электронная библиотека (СЭБ) - <https://seb.e.lanbook.com/>.

3.2.3 Электронные образовательные ресурсы и профессиональные базы данных

Федеральный портал «Российское образование» – база данных публикаций и единое окно доступа к информационным ресурсам. Режим доступа: <http://www.edu.ru/> Доступ свободный.

Единый информационный образовательный портал Кузбасса – является открытой информационно-образовательной средой, предназначенной для организации сетевого взаимодействия всех субъектов образовательной сферы региона: от органов управления образованием до обучающихся и их родителей. Режим доступа: <https://portal.kuz-edu.ru/> Доступ свободный.

PAIDAGOGOS – на сайте размещены статьи по педагогике, включая некоторые персоналии, дидактику, методику, содержание обучения и контроль знаний, компьютеризацию образования. Режим доступа: <http://paidagogos.com/> Текст: электронный.

Педагогическая библиотека – содержит большое количество полнотекстовой литературы по педагогике и ее прикладным отраслям Режим доступа: <https://pedlib.ru/> Текст: электронный.

Педагогическая периодика – электронный тематический каталог «Педагогическая Периодика», содержащий точные ссылки на наиболее интересные статьи, опубликованные в периодической печати за последние десять лет и посвященные педагогическим проблемам. Режим доступа: <http://periodika.websib.ru/>. Доступ свободный.

База профессиональных данных «Мир психологии» <http://psychology.net.ru> Доступ свободный.

Soc.Lib.ru. – материалы по социологии, психологии и управлению. Режим доступа <http://soc.lib.ru/> Доступ свободный.

Академия педагогических проектов Российской Федерации – Информационно-образовательный портал содержит информацию о профессионального мастерства педагогических работников www.педпроект.рф Доступ свободный.

Безопасность жизнедеятельности – научно-практический и учебно-методический журнал, освещает вопросы современного состояния, тенденций и перспектив развития таких областей, как промышленная безопасность и охрана труда, экологическая безопасность и чрезвычайные ситуации с акцентом на техногенные опасности novtex.ru/bjd Доступ свободный.

Электронная библиотека по безопасности – информация и рекомендации по выживанию и варианты действий в различных нестандартных ситуациях. – <http://warning.dp.ua/lib.htm> Доступ свободный.

Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности – Информация по разделам: Новости МЧС, Учебники и пособия, Уроки по ОБЖ, Статьи и публикации, Термины и понятия <http://www.obzh.ru/> Доступ свободный.

Сайт конкурса «Сквозные образовательные технологии» – <https://obr.so/grant/>

Банк социальных идей проектов – <http://www.social-idea.ru/> Доступ свободный.

Конкурс им. В. И. Вернадского – Всероссийский открытый конкурс юношеских исследовательских работ имени В. И. Вернадского Публикуются нормативные документы по конкурсу, рекомендации по участию в нем, детские исследовательские работы –

3.3 Общие требования к организации образовательного процесса

Учебная дисциплина является важным элементом в системе профессиональной подготовки педагога, осуществляющего педагогическую деятельность в общеобразовательных организациях. Освоение умений и знаний предполагает развитие творчески активной личности, умеющей применять сформированные умения и знания в новых постоянно меняющихся профессиональных условиях.

В содержании программы предусмотрено последовательное согласование изучаемого материала с другими дисциплинами/профессиональными модулями учебного плана специальности.

Особенностями программы учебной дисциплины являются:

- четко выраженная практическая профессионально-педагогическая направленность;
- учет педагогической практики;
- инструментальный характер знаний.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций различного вида, в том числе интерактивных, проблемных. Содержание и формы практической работы определены спецификой учебной дисциплины и спортивной деятельности.

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов в Образовательной организации устанавливается особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. Это могут быть подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных залах или на открытом воздухе. При их проведении преподаватель обязан учитывать вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ОВЗ и инвалида. Для лиц с ограничениями передвижения это могут быть занятия по видам спорта, не требующим двигательной активности.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 4

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен знать: • о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека, • основы здорового образа жизни.	Формы текущего контроля: - практические задания по работе с информацией; - домашние задания проблемного характера; - ведение дневника самоконтроля; - оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с использованием средств физической культуры. - защита рефератов студентами, освобожденными от занятий физической культурой. Легкая атлетика. Оценка техники выполнения двигательных действий (бега прыжков, метаний и т.д.) проводится в ходе занятий. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Спортивные игры. Оценка базовых элементов техники (броски в кольцо, ведение мяча, передачи, подачи и т.д.) Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований.

	Оценка двигательной активности на протяжении урока. Лыжная подготовка. Оценка техники передвижения на лыжах, выполнения поворотов, разворотов и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Лыжная подготовка. Оценка техники передвижения на лыжах, выполнения поворотов, разворотов и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Гимнастика. Оценка техники выполнения общеразвивающих упражнений, вольных упражнений, комбинаций и связок, упражнений снарядовой гимнастики и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Плавание Оценка техники плавания, выполнения стартов, поворотов, и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Оценка уровня развития физических качеств, занимающихся наиболее целесообразно проводить по приросту к исходным показателям. Для этого проводится тестирование в контрольных упражнениях: На входе – начало учебного года; На выходе - в конце учебного года. Текущий контроль Оценка результатов выполнения практических заданий Промежуточный контроль Оценка результатов аттестации в другой форме – тестирование в контрольных упражнениях Дифференцированный зачет – собеседование и тестирование в контрольных упражнениях
--	---

Составители рабочей программы дисциплины:

Яковлева В. Н., старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта

Ф.И.О. должность, наименование кафедры