

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Иванченко Ирина Владимировна

Должность: и.о. директора Филиала СГПИ в г. Железноводске

Дата подписания: 11.09.2024 15:27:11

Уникальный программный ключ:

e192bec1a53c517bd14170176666c911488f616

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



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГЦ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Уровень основной профессиональной образовательной программы СПО / ППССЗ

Шифр и наименование специальности: 44.02.01 Дошкольное образование

Год набора: 2023

Форма обучения: очная

Факультет: гуманитарный

Кафедра: гуманитарных и социально-экономических дисциплин

И.о. декана факультета:

/ И.В. Величко

Заведующий кафедрой:

/М.Н. Арутюнян

Железноводск, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура»/ сост. старший преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин А.Н. Орбинская, Филиал СГПИ в г. Железноводске, 2024 г.

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 3-6 семестрах.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 августа 2022 г. № 743 (с изменениями от 3 июля 2024 г. № 464).

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин от «27» августа 2024 г. Протокол № 1.

Заведующий кафедрой



М.Н. Арутюнян

Старший преподаватель кафедры  
гуманитарных и социально-экономических дисциплин



А.Н. Орбинская

## 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) .....	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	5
2.1.	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....	5
2.2.	Тематическое планирование и содержание учебной дисциплины «Физическая культура».....	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	14
3.1.	Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....	14
3.2.	Информационное обеспечение обучения .....	14
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
	ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ .....	17
	ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ .....	18
	ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ РЕВИЗИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ .....	19

## **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» является обязательной частью социально-гуманитарного учебного цикла.

### ***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.

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

ОК-8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

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

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 144 часа в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка 144 часа

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>	<i>Из них в виде практической подготовки</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>144</b>	
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>	<b>144</b>	
В том числе:		
Лекции	2	
Лабораторные работы		
Практические занятия	142	16
Контрольные работы		
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>		
В том числе:		
Самостоятельная работа над курсовой работой		
Подготовка к аудиторным занятиям (Написание рефератов)		
проектирование индивидуальных комплексов физических упражнений		
практическое выполнение комплексов физических упражнений		
Подготовка к промежуточной аттестации		
<i>Промежуточная аттестация в форме:</i>		
<i>Зачет – 3, 4,5 семестр</i>		
<i>Дифференцированный зачет - 6 семестр.</i>		

**2.2 Тематическое планирование 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>					ЛР9	1,2
<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Лекция</b>	2				
	<b>Практические занятия</b>					
	Бег на короткие дистанции		1			
	Эстафетный бег		1			
	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.						
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>					ЛР9	2
	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
<b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники	Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки. Полоса препятствий		2			
	Упражнение на брусьях, разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.		2			
	Опорный прыжок: «ноги врозь»		1			
	Опорный прыжок: «согнув ноги»		1			
	Акробатика: кувырки, стойки, перевороты		2			
	Комбинация из изученных элементов		2			

гимнастических упражнений	<p><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.          Проектирование комплексов упражнений с гимнастической палкой.</p>					
<b>Раздел 3. Волейбол</b>					ЛР9	
<p><b>Тема 3.1.</b>          Совершенствование техники тактических действий волейбола</p>	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Стойка и перемещение волейболиста.		1			
	Верхняя передача и прием мяча		1			
	Нижний прием и передача мяча		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			
	<p><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.</p>					
<b>Итого в III семестре:</b>		<b>2</b>	<b>30</b>			
		<b>32</b>				
<b>IV семестр</b>						
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>					ЛР9	
<p><b>Тема 4.1.</b>          Совершенствование</p>	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Контрольные нормативы		4			
	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			

е	технические действия баскетбола	Техники ведения мяча	2			
		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			
		Контрольные нормативы	4			
		Самостоятельная работа студента: Работа с учебным материалом: «Техника безопасности при занятиях». «Правила игры в баскетбол»; Проектирование подвижной игры; Проектирование комплексов ОРУ и их выполнение.				
<b>Раздел 5. Легкая атлетика</b>						ЛР9
Тема 5.1. Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	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		4			
	Прыжок в длину с места, с разбега		2			
	Челночный бег		2			
	Самостоятельная работа студента: Подготовка реферата Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальная карта здоровья). Совершенствование легкоатлетических упражнений. Работа с учебным материалом: проектирование комплексов ОРУ и их выполнение					
<b>Итого в IV семестре:</b>			<b>36</b>			
<b>Итого:</b>			<b>36</b>			
<b>Курс 3</b>						
<b>V семестр</b>						
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>						ЛР9
	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					



<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	Бег на короткие дистанции		2				
	Эстафетный бег		2				
	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.						1
<b>Раздел 2. Гимнастика</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».							1
<b>Раздел 3. Волейбол</b>						ЛР9	2
<b>Тема 3.1.</b> Совершенствование техники 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 мяча		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.					1	
<b>Итого в V семестре:</b>			<b>38</b>				
			<b>38</b>				
<b>Семестр VI</b>							
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>						ЛР9 1,2	
<b>Тема 4.1.</b> Совершенствование техникотактических действий баскетбола	<b>Содержание учебного материала</b>						
	<b>Практические занятия</b>					1,2	
	Стойки и перемещения баскетболиста			1			
	Броски мяча по кольцу.			1			
	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой, ловля мяча одной и двумя руками			1			
	Техники ведения мяча, техники ведения мяча с высоким отскоком, низким отскоком.			1			
	Выполнение штрафного броска, трех очкового броска.			1			
	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры.			1			
	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.					1	
<b>Раздел 5. Легкая атлетика</b>						ЛР9 1,2	
<b>Тема 5.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>						
	<b>Практические занятия</b>					2	

Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	Бег на короткие дистанции:- техника низкого старта, ускорения из различных исходных положений, в парах, тройках, группах;- стартовый разгон бег с различной скоростью.		1			
	Метание малого мяча и гранаты с места, с двух шагов, с трех шагов ; метание на дальность с фиксацией результата с места и с разбега		1			
	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;					1
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>					ЛР9	
<b>Тема 1.1.</b> Совершенствование техники легкоатлетических упражнений,	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Бег на короткие дистанции		1			
	Бег на средние дистанции.		1			
	Кросс 2000 м - 3000м.		2			
	Метание гранаты. Эстафетный бег		1			
	Метание гранаты. Контрольные нормативы		1			
	<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.					1
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>					ЛР9	1,2
<b>Тема 2.1.</b> Совершенствование техники гимнастических упражнений,	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Упражнение на бревне: наскоки, повороты, равновесие, соскоки.		1			
	Упражнение на брусьях, разновысоких, параллельных: висы, упоры, соскоки.		1			
	Опорный прыжок: ноги врозь, опорный прыжок: согнув ноги.		1			
	Акробатика: кувырки, стойки, перевороты. Зачетные комбинации.		1			
	Комбинация из изученных элементов		2			

	<p><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.</p>					1
<b>Раздел 3. Волейбол</b>					ЛР9	2
<p><b>Тема 3.1.</b>  Совершенствование техникотактических действий волейбола <b>Тема</b></p>	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Стойка и перемещение волейболиста.		1			
	Верхняя передача и прием мяча. Нижний прием и передача мяча.		1			
	Верхняя прямая подача. Нижняя прямая подача.		1			
	Нападающий удар. Блокирование.		1			
	Тактические действия в защите и нападении. Учебная игра.		2			
	<p><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.</p>					1
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>					ЛР9	
<p><b>4.1.</b>  Совершенствование технико-тактических действий баскетбола</p>	<b>Содержание учебного материала</b>					
	<b>Практические занятия</b>					
	Стойки и перемещения баскетболиста. Броски мяча по кольцу		1			
	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.		1			
	Выполнение штрафного броска, трех очкового броска.		1			
	Правила судейства		1			
	Учебная игра		2			

	<p><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.</p>					
		<b>Итого в VI семестре:</b>		38		
				38		
		<b>Всего:</b>		2	142	
				144		

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**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета, укомплектованного типовой мебелью для обучающихся и преподавателя (согласно справке о МТБ), 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: «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: «ABYYFineReader», «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. Богаченко. — 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>

### ***Интернет-ресурсы:***

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

1. ЭБС «Юрайт» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)
2. ЭБС «Юрайт» (раздел «Легендарные книги») [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)
3. Эбс «Лань» <http://e.lanbook.com/>
4. ЭБС«Айбукс.ру/ibooks.ru» <https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>

#### ***Электронные образовательные ресурсы***

1. ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен <https://magazines.gorky.media>
2. «Электронная библиотека ИМЛИ РАН» <http://biblio.imli.ru>
3. «Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом) <http://lib.pushkinskiydom.ru>
4. ЭБС «Педагогическая библиотека» <http://pedlib.ru>
5. Научная электронная библиотека <https://elibrary.ru>
6. Научная электронная библиотека «Киберленинка» <https://cyberleninka.ru/>
7. 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)
8. Словари и энциклопедии <https://dic.academic.ru>
9. Педагогическая мастерская «Первое сентября» <https://fond.1sept.ru>
10. Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru>
11. Национальная платформа «Открытое образование» <https://openedu.ru>
12. Российское образование. Федеральный портал <http://edu.ru>
13. Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ» <https://online.edu.ru>
14. Цифровая образовательная платформа «Media» (ЛЕСТА), ГК «Просвещение» <https://media.prosv.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.


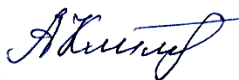
Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме дифференцированного зачета, зачета.

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<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, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;</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>Текущий контроль в форме: – контрольных нормативов - рефератов -тестовых упражнений</p> <p>Промежуточная аттестация в форме: – зачета (3-5 семестры), –дифференцированного зачета (6 семестр)</p>



## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Кафедра	ФИО заведующего	Подпись	Дата
Гуманитарных и социально-экономических дисциплин	Аругюнян М.Н.		27.08.2024 г.
И.о. заведующего библиотекой	Клименко А.В.		27.08.2024 г.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№ п\п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Приказа Минпросвещения России от 17.08.2022 № 743 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 Дошкольное образование», изменений от 12.08.2022 г. № 732 в Приказ 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 22.05.2023 г.	22.05.2023 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 № 11 от 28.05.2024 г.	28.05.2024 г.
3.	Актуализирована на основании изменений вступившего в силу приказа Минпросвещения России от 03.07.2024 № 464. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 1 от 27 августа 2024 г.	27.08.2024 г.

