Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Иванченко Ирина Васильевна
Должность: директор Филиала СГПИ в г. Железноводске
Дата подписания: 10.07.2025 17:15:09
Уникальный программный ключ:
6ed79967cd09433ac580691de3e3e95b564cf0da

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске

Кафедра гуманитарных и социально- экономических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
М.Н. Арутюнян
протокол № 11
от 24.06.2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Физическая культура

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы

Направление(я) подготовки (специальность)

44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста)

Форма обучения очная

Срок освоения 3 лет 10 месяцев

Кафедра Кафедра гуманитарных и социально- экономических дисциплин

Год начала подготовки 2023

Железноводск, 2025 г.

Программу составил(-и): Старший преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Оробинская А.Н.

Рабочая программа дисциплины "Физическая культура" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста) (приказ Минобрнауки России от 17.08.2022 г. № 743).

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.02.01 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (воспитатель детей дошкольного возраста), утвержденного учёным советом вуза от 25.06.2025, протокол № 7.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры Кафедра гуманитарных и социально-экономических дисциплин от 24.06.2025 г., протокол № 11 для исполнения в 2025-2026 учебном году.

Зав. кафедрой _____ М.Н. Арутюнян

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой _____ Клименко А.В. 24.06.2025 г.

Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

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

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:	СОО.01

3.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Демонстрационный экзамен
Защита дипломного проекта (работы)
Медико-биологические основы здоровья
Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков
Производственная практика
Производственная практика по профилю специальности
Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста
Учебная практика
Экзамен по модулю

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК 1.1. Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ	

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:	**уметь:**	**владеть:**
- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитие человека; - основы здорового образа жизни.	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования в области физического развития детей раннего и дошкольного возраста.

5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетные (-ых) единиц (-ы) (72), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
Недель	17		23			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	32	32	40	40	72	72
Итого ауд.	32	32	40	40	72	72
Контактная работа	32	32	40	40	72	72
Итого	32	32	40	40	72	72

6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Физическая культура как социальное явление					
1.1	Физическая культура как социальное явление /Тема/	1	0			
1.2	- Истоки возникновения культуры как социального явления - Культура как способ развития человека - Здоровый образ жизни как условие активной жизнедеятельности человека /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
1.3	Физическая культура как средство укрепления здоровья человека /Тема/	1	0			
1.4	- Физическая культура и физическое здоровье - Физическая культура и психическое здоровье - Физическая культура и социальное здоровье /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
1.5	Здоровый образ жизни современного человека /Тема/	1	0			
1.6	- Адаптация организма и здоровье человека - Здоровый образ жизни современного человека - Определение индивидуального расхода энергии /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	

1.7	Профилактика травматизма и оказание перовой помощи во время занятий физической культурой /Тема/	1	0			
1.8	- Профилактика травматизма во время самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и спортом - Оказание первой помощи при травмах и ушибах - Оказание первой помощи при вывихах и переломах /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
	Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности					
2.1	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга /Тема/	1	0			
2.2	- Основы организации образа жизни современного человека - Контроль состояния здоровья в процессе самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой - Определение состояния здоровья с помощью функциональных проб /Пр/	1	4	ПК 1.1.	Л1.1	
2.3	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне» /Тема/	1	0			
2.4	- Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО - Проектирование физической подготовки с направленностью на выполнение нормативных требований комплекса ГТО /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
2.5	Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни /Тема/	1	0			

2.6	- Оздоровительные мероприятия и процедуры в режиме учебного дня и недели - Релаксация в системной организации мероприятий здорового образа жизни - Массаж как форма оздоровительной физической культуры /Пр/	1	2	ПК 1.1.		
	Раздел 3. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность /Тема/	1	0			
3.2	- Упражнения для профилактики нарушения и коррекции осанки - Упражнения для профилактики перенапряжения органов зрения и мышц опорно-двигательного аппарата при длительной работе за компьютером /Пр/	1	8	ПК 1.1.		
	Раздел 4. Прикладно-ориентированная двигательная деятельность					
4.1	«Плавательная подготовка» /Тема/	1	0			
4.2	- Техника безопасности на занятиях плаваниям в бассейне - Игры с мячом на воде /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1Л2.1	
4.3	- Техника безопасности на занятиях атлетическими единоборствами - Развитие координационных способностей средствами атлетических единоборств /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
	Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность					
5.1	«Спортивные игры».Футбол /Тема/	1	0			
5.2	- Общефизическая подготовка средствами игры в футболе - Развитие выносливости средствами игры футбол /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
5.3	- Совершенствование техники удара по мячу в движении - Тренировочные игры по мини-футболу /Пр/	1	2	ПК 1.1.	Л1.1	
	Раздел 6. Промежуточная аттестация					

6.1	Промежуточная аттестация /Тема/	1	0			
6.2	Промежуточная аттестация /Зачёт/	1	0			
	Раздел 7. Спортивно-оздоровительная деятельность					
7.1	«Спортивные игры». Баскетбол /Тема/	2	0			
7.2	- Техническая подготовка в баскетболе - Тактическая подготовка в баскетболе /Пр/	2	4	ПК 1.1.	Л1.1	
7.3	- Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером - Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
7.4	- Техника судейства игры баскетбол - Совершенствование техники перехвата мяча, на месте и при передвижении /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
7.5	«Спортивные игры». Волейбол /Тема/	2	0			
7.6	Техническая подготовка в волейболе - Тактическая подготовка в волейболе /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1Л2.1	
7.7	- Совершенствование техники одиночного блока - Совершенствование тактической действий во время защиты и нападения в условиях учебной и игровой деятельности /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
7.8	- Тренировочные игры по волейболу - Техника судейства игры волейбол /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
7.9	Совершенствование техники подачи мяча в условиях учебной игровой деятельности - Совершенствование технической и тактической подготовки в волейболе в условиях учебной и игровой деятельности /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	

	Раздел 8. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»					
8.1	Базовая физическая подготовка /Тема/	2	0			
8.2	- Знания о ГТО. Правила ТБ. Первая помощь - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60м или 100м /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
8.3	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3км или 5км /Пр/	2	6	ПК 1.1.	Л1.1	
8.4	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3км или 5км - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
8.5	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см /Пр/	2	6	ПК 1.1.	Л1.1	
8.6	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	

8.7	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500г(д), 700г(ю) /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
8.8	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие) - Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
8.9	- Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м - Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6 ступени /Пр/	2	2	ПК 1.1.	Л1.1	
	Раздел 9. Промежуточная аттестация					
9.1	Промежуточная аттестация /Тема/	2	0			
9.2	Промежуточная аттестация /Зачёт/	2	0			

* - Тема изучается с учетом профессиональной направленности

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	**сформирована частично**	**сформирована в целом**	**сформирована полностью**
«Не зачтено»	**«Зачтено»**		

«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с

конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситу-аций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

9.1. Рекомендуемая литература

9.1.2. Дополнительная литература

Л2.1	Ягодин В. В., Сенук З. В. Физическая культура: основы спортивной этики [Электронный ресурс]:учебное пособие для спо. - Москва: Юрайт, 2024. - 113 с – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/542058

9.1.1. Основная литература

Л1.1	Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А. Физическая культура [Электронный ресурс]:учебник и практикум для спо. - Москва: Юрайт, 2024. - 424 с – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/536838

10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)

ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com
Национальная электронная библиотека (НЭБ)	https://rusneb.ru
ЭБС «Юрайт»	https://urait.ru
ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен	https://magazines.gorky.media
«Электронная библиотека ИМЛИ РАН»	http://biblio.imli.ru
«Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)	http://lib.pushkinskijdom.ru
Научный архив	https://научныйархив.рф
ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
ЭБС «Айбукс.ру»	https://www.ibooks.ru
Научная электронная библиотека eLibrary.ru	https://elibrary.ru
ЭБС Буконлайм	https://bookonlime.ru
Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа	http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html
Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php

10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	http://window.edu.ru/catalog
Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru
Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru

Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив»	https://научныйархив.рф
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).
2. Adobe Acrobat Reader.
3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).
4. Программа тестирования Айрен.