

ПРИЛОЖЕНИЕ

к СГ по специальности
44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«СГ 04. Физическая культура»

по специальности

44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании

очной формы обучения

Квалификация специалиста среднего звена – «Учитель начальных классов в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Хасавюрт, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 марта 2018 г. № 183 (Зарегистрировано в Минюсте РФ 29 марта 2018 г. Регистрационный № 50568).
- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2025/2029 учебный год

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н.Батырмурзаева»

Разработчик: Пашаев Паша Ибрагимович, преподаватель физической культуры высшей категории ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н.Батырмурзаева»

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии спортивных дисциплин

Протокол №1 от 27.08.2025 г.

Председатель ПЦК _____ Пашаев П.И.

Рассмотрена и одобрена для применения в учебном процессе на заседании Методического Совета ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н. Батырмурзаева»

Протокол № 1 от 28.08.2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ОЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.04. Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии:

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ЛР 24. Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора, мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности.

ЛР 30. Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.2. Цель и планируемые результаты освоение дисциплины

КОД ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 08;	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения.
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ		
ЛР 24	Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора,	

	мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности	
ЛР 30	Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебных занятий

Вид учебных занятий	Объем часов			
	2 курс	3 курс	4 курс	Всего
Объем образовательной программы учебной дисциплины	177			
	64 (28-36)	61 (22-39)	52 (28-24)	177
в том числе:				
лекции	2			2
практические занятия	62	61	45	168
Промежуточная аттестация в форме зачета 3-7 сем и ДИФ. ЗАЧЕТА 8 сем			7	7

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации учебной деятельности обучающихся	Объем часов, в том числе и практ. занятия	Коды ОК, ПК, ЛР формированию которых способствует элемент программы
	2 курс	64/62	
Тема: Социально-биологические основы физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	2/0	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. 2. Зоны риска физического здоровья воспитателя. 3. Средства профилактики перенапряжения, стресса	2	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	26/26	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
	В том числе практические занятия	26	
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	Практические занятия 1. (Бег): низкий старт и стартовый разбег, высокий старт, бег по дистанции, бег 30 м, 100м, 500 м девушки, 1000 м юноши, бег до 2000 м.подготовительные и специальные упражнения для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта, повторный бег, подвижные игры и эстафеты с элементами бега, тестирование	12	
Тема: Метания гранаты (мяча)	Практические занятия 2. (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; метания гранаты из-за головы с места с разворотом туловища, из положения стоя боком по направлению метания; переход от разбега к броску; метания гранаты в целом, подвижные игры и эстафеты с элементами метания.	6	

Тема: Прыжки в длину с места	Практические занятия 3. (Прыжки): выполнении специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники приземления и отталкивания; прыжки с разбега через натянутую скакалку; прыжки с трех пяти шагов разбега, с 10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги», прыжки в длину с разбега на дальность, подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков	8	
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	24/24	
	1. Баскетбол		
	2. Волейбол		
Тема: Баскетбол	Практические занятия 4. (Баскетбол): повторение ранее изученные элементы техники игры. Штрафные броски. Броски со средней дистанции. Групповые тактические действия. Быстрый прорыв. Игра в защите. Чередование подготовительных упражнений и выполнение изученных технических приемов. Упражнения для совершенствования навыков технических приемов посредством многократного выполнения технических элементов игры: ловля, передачи, броски, ведение на быстроту, учебная игра. Выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование техники игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча в сочетании; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях (с пассивным и полуактивным сопротивлением соперника); совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока без мяча; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; разучивание и совершенствование технических приемов и тактических действий при учебной игре в баскетбол; проведение подвижных игр и эстафет с элементами баскетбола; стритбол, учебная игра	12	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
Тема: Волейбол	Практические занятия 5. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: стойки, передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение подачи мяча: прямая нижняя, прямая верхняя; разучивание элементарных тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; «Пионербол», учебная игра.	12	

РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	6/6	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Строевая гимнастика		
	2. Элементы акробатики		
	В том числе практические занятия	6	
Тема: Строевая гимнастика,	Практические занятия 6. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в движении; перестроение уступом и обратно;	1	
Тема: Элементы акробатики	Практические занятия 7. (Элементы акробатики): выполнение различных видов ходьбы; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; подтягивания на низкой перекладине; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой; разучивание и совершенствование акробатических элементов: кувырки, стойки, мостик, перевороты; лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами; разучивания и совершенствования комбинаций по акробатике.	5	
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	6/6	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Игры с элементами спортивных игр		
	2. Игры с элементами бега, прыжков и метания		
	3. «Веселые старты»		
	4. Игры с элементами единоборств		
В том числе практические занятия	6		
Тема: Игры с элементами спортивных игр	Практические занятия 8. (Игры с элементами спортивных игр): Проведение подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», стритбол, баскетбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами других видов спортивных игр – «Тримбол» (перебрасывание мяча руками через волейбольную сетку), «Лапта-бейсбол», «Держание мяча» (футбол), «Ручной мяч», «Салки баскетбольным мячом»	1	
Тема: Игры с элементами бега, прыжков и метания	Практические занятия 9. (Игры с элементами бега, прыжков и метания): Проведение подвижных игр – «Салки простые», «Знамя на кону», «Зайцы, сторож и Жучка», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Вызов номеров», «Круговая эстафета», «Кто быстрее» (с преодолением различных препятствий)	1	
Тема: Игры «Веселые старты»	Практические занятия 10. («Веселые старты»): Проведение эстафет: - линейные (с передачей эстафеты): с прохождением дистанции бегом по прямой, с переноской предметов, с выполнением кувырков, с преодолением препятствий, со скакалкой; - с мячами: передачами друг другу, бросками в различные цели, ведением;	2	

	- с выполнением различных действий: с прыжками через гимнастическую скамейку, переползанием по скамейке, подтягиваясь руками, приседаниями, перелазанием через условный забор, прыжком через условную канаву, переноской предметов, товарища (партнера)		
Тема: Игры с элементами единоборств	Практические занятия 11. (Игры с элементами ОРУ): Проведение подвижных игр – «Перетягивание каната», «Коршун и наседка», «Поезда», «Кто сильнее», «Борьба на руках», «Вытолкни из круга» (взявшись за длинную палку-шест), эстафета 8x50м., челночный бег 3x10м, «Русская лапта»	2	
	Всего	64 ч	
	3 курс	61/61	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	29/29	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
	В том числе практические занятия	29	
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	Практические занятия 1. (Бег): выполнение подготовительных и специальных упражнений для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта, разучивание техники финиширования; повторный бег 2-3x20-30м, бег 100м, 500м (дев), 1000м (юн); разучивание и совершенствование техники бега по виражу, техники передачи эстафеты, тестирование; подвижные игры с элементами бега, эстафеты.	15	
Тема: Метания гранаты (мяча)	Практические занятия 2. (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; разучивание техники скрестного шага; метания гранаты из-за головы с разбега (с акцентом на последние три прыжковых шага), метания в целом на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами метания	8	
Тема: Прыжки в длину с разбега	Практические занятия 3. (Прыжки): выполнение специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники разбега и отталкивания; прыжки с разбега через натянутую скакалку; повторные прыжки с 12-15 беговых шагов разбега; прыжки с 10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги», прыжки в длину с разбега в целом на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков	6	

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	24/24	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Баскетбол.		
	2. Волейбол		
	В том числе практические занятия	24	
Тема: Баскетбол,	Практические занятия 4. (Баскетбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных элементов игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях; совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока с мячом; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; совершенствование навыков ведения мяча; разучивание и совершенствование тактических действий: взаимодействия в двойках «Передал и вышел», наведение; взаимодействия в тройках «Тройка», «Малая восьмерка»; командные действия игроков в нападении и защите; учебная игра; стритбол.	12	
Тема: Волейбол	Практические занятия 5. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: стойки, передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение подачи мяча: прямая нижняя, прямая верхняя, нападающий удар; совершенствование технических приемов; разучивание элементарных тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; учебная игра.	12	
РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	4/4	ОК 08,
	1. Строевая гимнастика.		
	2. Элементы акробатики.		
	В том числе практические занятия	4	
Тема: Строевая гимнастика	Практические занятия 6. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в движении; перестроение уступом, и обратно; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; выполнение упражнений на гимнастическом бревне; подтягивания на низкой (девушки) высокой (юноши) перекладине; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой;	2	

Тема: Элементы акробатики	Практические занятия 7. (Элементы акробатики): совершенствование акробатических элементов: кувырки, стойки, мостик, перевороты; совершенствования комбинаций по акробатике. лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами;	2	ЛР 24, ЛР 30
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	4/4	
	1. Подвижные игры.		
	В том числе практические занятия	4	
Тема: Подвижные игры с элементами спорта	Практические занятия 8. (Подвижные игры): Проведение подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», «Салки баскетбольным мячом» стритбол, «10 передач», баскетбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами других видов спортивных игр – «Лапта-бейсбол», «Ручной мяч».	4	
	Всего	61 ч	
	4 курс	45/45	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	20/20	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
	В том числе практические занятия	20	
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	В том числе практические занятия (Бег): выполнение подготовительных и специальных упражнений для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта; повторный бег 2-3х20-30м; бег 30 м, 100м, совершенствование техники бега по выражу, техники передачи эстафеты; эстафетный бег; передачи эстафетной палочки, бег до 2000 м; 500 м девушки, 1000 м юноши; подвижные игры с элементами бега, эстафеты.	10	
Тема: Метания гранаты (мяча)	В том числе практические занятия (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; совершенствование техники разбега с использованием скрестного шага; метания гранаты из-за головы с разбега (с акцентом на последние три прыжковых шага); метание гранаты на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами метания.	4	
Тема: Прыжки в длину с разбега	В том числе практические занятия (Прыжки): выполнение специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники прыжка в целом; прыжки с разбега через натянутую скакалку; повторные с	6	

	10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги»; подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков		
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	13/13	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Баскетбол		
	2. Волейбол		
	В том числе практические занятия	13	
Тема: Баскетбол,	Практические занятия 4. (Баскетбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных элементов игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях; чередование подготовительных, подводящих упражнений и упражнений на технику; совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока с мячом; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; совершенствование навыков ведения мяча с изменением скорости и направления; разучивание и совершенствование тактических действий: взаимодействия в двойках «Передал и вышел», наведение; взаимодействия в тройках «Тройка», «Малая восьмерка»; упражнения для совершенствования навыков технических приемов посредством многократного выполнения тактических действий; командные действия игроков в нападении и защите; учебные игры; стритбол, учебная игра.	6	
Тема: Волейбол	Практические занятия 5. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение верхней прямой подачи мяча в указанную зону; нападающий удар; совершенствование тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; учебная игра	7	
РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	6/6	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Строевая гимнастика.		
	2. Акробатика		
	В том числе практические занятия	6	
Тема: Строевая гимнастика	Практические занятия 6. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в	2	

	движении; перестроение уступом и обратно; выполнение различных видов ходьбы; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; подтягивания на низкой перекладине; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой;		
Тема: Элементы акробатики	Практические занятия 7. совершенствование акробатических элементов: кувырки, стойки, мостик, перевороты; лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами; совершенствования комбинаций по акробатике; упражнения на бревне: ходьба, повороты, прыжки, равновесия, соскоки; поднимание туловища, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	4	
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	6/6	ОК 08, ЛР 24, ЛР 30
	1. Подвижные игры		
	В том числе практические занятия	6	
Тема: Подвижные игры с элементами спорта	Практические занятия 8. (Подвижные игры): подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», стритбол, баскетбол 4х4; с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4; с элементами других видов спортивных игр: «Тримбол» (перебрасывание мяча руками через волейбольную сетку, разрешается два падения мяча на пол), «Лапта-бейсбол», «Ручной мяч» (с завершением атаки ударом головой по мини-футбольным воротам), «Салки баскетбольным мячом»	6	
Дифференцированный зачет		7	
	Всего	52	
	Итого обязательных часов	170 ч	
	Дифференцированный зачет	7 ч	
	Максимально	177 ч	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Наименование кабинета в соответствии с ФГОС	Учебно-наглядные пособия, учебное оборудование
Спортивный комплекс:	
Спортивный зал и зал ритмики и хореографии совмещены	Оборудование и спортивный инвентарь: <ul style="list-style-type: none">- конь гимнастический- мячи баскетбольные;- мячи волейбольные;- ракетки и шарик для тенниса;- спортивные маты;- стол теннисный;- гири спортивные;- штанга;- сетка волейбольная;- секундомер;- мячи футбольные;- ворота для мини-футбола;- кольцо баскетбольное;- стенка гимнастическая;- канат для лазания;- коврики гимнастические;- планка для прыжков в высоту;- дорожка для прыжков в длину;- набор гантелей, скакалка, палочка эстафетная, мяч для метания;- магнитофон
Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Площадка для баскетбола; <ul style="list-style-type: none">- для волейбола;- беговая дорожка;- щиты баскетбольные;- стойки волейбольные
Стрелковый тир	Комплект для стрельбы (электронный тир)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233> (дата обращения: 20.06.2022).

2. Бишаева А. А. Физическая культура: электронный учебно-методический комплекс / А. А. Бишаева, М. М. Борисова. — М. : Издательский центр «Академия», 2021. — Текст : электронный // Электронная библиотека издательского центра «Академия» : [сайт]. — URL: <https://academia-moscow.ru/catalogue/4831/547795/> (дата обращения: 24.03.2023). — Режим доступа: платный.

3. 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, 2022. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497734> (дата обращения: 20.06.2022).

4. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849> (дата обращения: 20.06.2022).

3.2.2. Дополнительные источники

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : прессслужба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>.

2. ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru>.

3. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: <https://olympic.ru/>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, формируемых в рамках освоения дисциплины</i>		
<p>Знания</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения 	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; - знает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений; - знает основные факторы риска труда воспитателя, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности; - значимость физической культуры в профессиональной деятельности знает средства восстановления, профилактики перенапряжения; 	<p>Тестирование, Устный или письменный опрос</p>
Перечень умений, формируемых в рамках освоения дисциплины		

<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности. 	<ul style="list-style-type: none"> - использует содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности; - демонстрирует готовность к выполнению нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО); - применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности воспитатель 	<p>Оценка «5» отлично выставляется студенту, если двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), легко и четко и показан соответствующий результат</p> <p>Оценка «4» хорошо двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений и показан соответствующий результат</p> <p>Оценка «3» удовлетворительно двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению и показан соответствующий результат</p> <p>Оценка «2» неудовлетворительно двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко и результат неудовлетворительный</p> <p>Оценка «зачтено» или «ДЗ» выставляется студенту при выполнении тестовых нормативов, если средний бал полученных отметок составляет «3» и более баллов</p> <p>Оценка «незачтено», если средний балл ниже «3».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - оценка результатов выполнения комплексов упражнений; - тестирования физических качеств. оценка заданий при проведении текущего контроля; - промежуточной аттестации; - дифференцированный зачет.
---	--	--	---