СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

6. ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ (АКТУАЛИЗАЦИИ) РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования *44.02.02 Преподавание в начальных классах* углубленной подготовки.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура» относится к «Социально-гуманитарному циклу» учебного плана.
Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК.

1.3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Целью физического воспитания студентов колледжа является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматриваются решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. Понимание социальной роли физической культуры в развитииличности и подготовки её к профессиональной деятельности;
2. Знание научно-биологических и практических основфизической культуры и здорового образа жизни;
3. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическоесамосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
4. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и самосовершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физическойкультуре;
5. Обеспечение общей и профессионально-прикладной физическойподготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
6. Приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих **общих компетенций**:

Код	Наименование результата обучения
ОК 01.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Воспитатель должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

Код	Наименование результата обучения
ПК 3.5.	Осуществлять педагогическое просвещение и сопровождение родителей обучающихся (их законных представителей).
ПК 3.6.	Организовывать взаимодействие с субъектами образовательного процесса для решения задач воспитания (родителями обучающихся (их законными представителями).

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка - 82 часа, в том числе:Обязательная часть -82 часа,

Объем практической подготовки: 4 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***	***Объем часов, ЗФО***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**82**	**82**
Обязательная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	**82**	**74**
в том числе: по практической подготовки		
лекционные		
практические занятия		
Самостоятельная работа обучающегося (всего)		**8**
в том числе:		
Рефераты. Подготовка презентаций. Выполнение заданий по наблюдению и сбору материалов.		

Промежуточная аттестация в форме ***экзамена*** *в 3 семестр*		
Вид учебной работы	***Объем часов***	***Объем часов, ЗФО***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**82**	**82**

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, проект		Объем часов	Код компетенции
1	**2**		**5**	**6**
	1 семестр 34 ч.			
Введение.	**Содержание**		**2**	*ОК-8*
	Введение. Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях легкой атлетикой.			
Тема 1. Легкая атлетика	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Развитие выносливости.	2	
	2.	Развитие координации, силовых качеств.	2	
	3.	Обучение специальным л/атлетическим упражнениям.	4	
Тема 2. Общая физическая подготовка	**Практическое занятие**		**12**	
	1.	Развитие силовых качеств.	2	*ОК-8*
	2.	Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	3.	Развитие координации.	2	
	4.	Развитие силовых качеств, гибкости.	2	
	5.	Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	6.	Развитие силовых качеств методом круговой тренировки.	2	
Тема 3. Баскетбол	**Практическое занятие**		**10**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры.	2	*ОК-8*
	2.	Изучение техники передвижения в баскетболе.	2	
	3.	Развитие координации, скоростно-силовых качеств в баскетболе.	2	
	4.	Изучение техники передачи мяча в баскетболе.	2	
	5.	Изучение тактики нападения в игре.	2	
	2 семестр 48ч.			
Тема 4. Настольный теннис	**Практическое занятие**		**8**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры. Основная стойка в настольном теннисе.	2	*ОК-8*

	2	Способы хвата ракетки и виды ударов. Техника настольного тенниса. Основные элементы.	2	
	3	Техника передвижения в настольном теннисе. Техника атакующих и оборонительных действий.	2	
	4.	Тактика игры в настольном теннисе.	2	
Тема 5. Футбол	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Техника безопасности на занятиях футболом. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	*ОК-8*
	2.	Техническая подготовка.Ведение мяча. Остановка мяча.	2	
	3.	Развитие гибкости.	2	
Тема 6. Волейбол	**Практическое занятие**		**8**	
	1.	Техника безопасности на занятиях волейболом. Правила игры. Основная стойка волейболиста. Техника перемещения по площадке.	2	*ОК-8*
	2	Техника передачи мяча сверху и снизу. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	3.	Техника подачи мяча сверху.	2	
	4.	Техника нападающего удара в волейболе. Техника блокирования в волейболе.	2	
Тема 7. Легкая атлетика	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях легкой атлетикой. Развитие выносливости.	2	*ОК-8*
	3.	Развитие координации, силовых качеств.	2	
	4.	Обучение специальным л/атлетическим упражнениям.	2	
Тема 8. Общая физическая подготовка	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие координации.	2	*ОК-8*
	2.	Развитие силовых качеств, гибкости.	2	
	3.	Развитие силовых качеств методом круговой тренировки.	2	
Тема 9. Баскетбол	**Практическое занятие**		**10**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры.	2	*ОК-8* ЛР 7, ЛР 9, ЛР
	2.	Изучение техники передвижения в баскетболе.	2	

	3.	Развитие координации, скоростно-силовых качеств в баскетболе.	2	20
	4.	Изучение техники передачи мяча в баскетболе.	2	
	5.	Изучение тактики нападения в игре.	2	
Тема 10. Настольный теннис	**Практическое занятие**		**4**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры. Основная стойка в настольном теннисе.	2	*ОК-8*
	2.	Способы хвата ракетки и виды ударов.	2	
	Зачет – 1 семестр; Дифференцированный зачет – 2 семестр		**82**	

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура» для ЗФО

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, проект**		**Объем часов**	**Код компетенции**
1	**2**		**5**	**6**
	1 семестр 34 ч.			
Введение.	**Содержание**		**2**	*ОК-8*
	Введение. Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях легкой атлетикой.			
Тема 1. Легкая атлетика	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Развитие выносливости.	2	
	2.	Развитие координации, силовых качеств.	2	
	3.	Обучение специальным л/атлетическим упражнениям.	4	
Тема 2. Общая физическая подготовка	**Практическое занятие**		**12**	
	1.	Развитие силовых качеств.	2	*ОК-8*
	2.	Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	3.	Развитие координации.	2	
	4.	Развитие силовых качеств, гибкости.	2	

	5.	Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	6.	Развитие силовых качеств методом круговой тренировки.	2	
Тема 3. Баскетбол	**Практическое занятие**		**10**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры.	2	*ОК-8*
	2.	Изучение техники передвижения в баскетболе.	2	
	3.	Развитие координации, скоростно-силовых качеств в баскетболе.	2	
	4.	Изучение техники передачи мяча в баскетболе.	2	
	5.	Изучение тактики нападения в игре.	2	
	2 семестр 48ч.			
Тема 4. Настольный теннис	**Практическое занятие**		**8**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры. Основная стойка в настольном теннисе.	2	*ОК-8*
	2	Способы хвата ракетки и виды ударов. Техника настольного тенниса. Основные элементы.	2	
	3	Техника передвижения в настольном теннисе. Техника атакующих и оборонительных действий.	2	
	4.	Тактика игры в настольном теннисе.	2	
Тема 5. Футбол	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Техника безопасности на занятиях футболом. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	*ОК-8*
	2.	Техническая подготовка.Ведение мяча. Остановка мяча.	2	
	3.	Развитие гибкости.	2	
Тема 6. Волейбол	**Практическое занятие**		**8**	
	1.	Техника безопасности на занятиях волейболом. Правила игры. Основная стойка волейболиста. Техника перемещения по площадке.	2	*ОК-8*
	2	Техника передачи мяча сверху и снизу. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	3.	Техника подачи мяча сверху.	2	
	4.	Техника нападающего удара в волейболе. Техника блокирования в волейболе.	2	
	Практическое занятие		**6**	

Тема 7. Легкая атлетика	1.	Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях легкой атлетикой. Развитие выносливости.	2	*ОК-8*
	3.	Развитие координации, силовых качеств.	2	
	4.	Обучение специальным л/атлетическим упражнениям.	2	
Тема 8. Общая физическая подготовка	**Практическое занятие**		**6**	
	1.	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие координации.	2	*ОК-8*
	2.	Развитие силовых качеств, гибкости.	2	
	3.	Развитие силовых качеств методом круговой тренировки.	2	
Тема 9. Баскетбол	**Практическое занятие**		**10**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры.	2	*ОК-8* ЛР 7, ЛР 9, ЛР 20
	2.	Изучение техники передвижения в баскетболе.	2	
	3.	Развитие координации, скоростно-силовых качеств в баскетболе.	2	
	4.	Изучение техники передачи мяча в баскетболе.	2	
	5.	Изучение тактики нападения в игре.	2	
Тема 10. Настольный теннис	**Практическое занятие**		**4**	
	1.	Техника безопасности. Правила игры. Основная стойка в настольном теннисе.	2	*ОК-8*
	2.	Способы хвата ракетки и виды ударов.	2	
	Зачет – 1 семестр; Дифференцированный зачет – 2 семестр		**82**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

Игровой спортивный зал;

Спортивная площадка

Помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья.), Тренажеры для занятий атлетической гимнастикой**,** маты гимнастические, канат, канат для перетягивания, перекладина для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24,32 кг, секундомеры, весы напольные;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, защита для баскетбольного щита, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, мячи для мини-футбола и др.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен или изменен.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные источники:

1. Муллер, А. Б. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. – Москва: Юрайт, 2021. – 424 с. – Режим доступа: https://biblio-online.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E (ЭБС «Юрайт»)
2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под науч. ред. С. В. Новаковского. – Москва: Юрайт, 2020. – 125 с. – Режим доступа: https://biblioonline.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42-6771A61E9611 (ЭБС «Юрайт»)
3. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие для студентов сред. проф. заведений 2-е изд., перераб. – М: Альфа-М: ИНФРА-М, 2020. – 336 с.
4. Виленский, М.Я., Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-406-09867-7. — URL:https://book.ru/book/943895 (дата обращения: 04.05.2022). — Текст: электронный.

5. Кузнецов, В.С., Физическая культура: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:https://book.ru/book/940094 (дата обращения: 04.05.2022). — Текст: электронный

4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных заведений – М.: Академия, 2020. – 152 с.

5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных заведений – М.: Академия, 2020. – 176 с.

3.2.2. Дополнительные источники:

1. Виленский, М.Я. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / М.Я. Виленский, А.Г.Горшков.— М. : КноРус, 2018. — 181 с. – Режим доступа: http://www.book.ru
2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Юрайт, 2018. — 173 с. – Режим доступа: http://biblio-online.ru
3. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под ред. Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2020. — 599 с. – Режим доступа: http://biblio-online.ru

3.2.3. Интернет ресурсы:

1. **Официальный сайт** Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: http://www.edu.ru.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: http://goup32441.narod.ru.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел/ тема	Результаты обучения (предметные и метапредметные)	Основные показатели оценки результата

Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков способом применения основных популярных технологий физкультурно-спортивной деятельности. **Тема 1.** Легкая атлетика.	Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Бег 100 метров. Кросс: 2000 м. (девушки); 3000 м. (юноши).
Тема 2. Общая физическая подготовка.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания). Подтягивание на перекладине. Сгибание туловища в положении лежа без фиксации ног (пресс). Прыжки на скакалке(девушки), Рывок гири(юноши).
Тема 3. Баскетбол.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Броски мяча в корзину сбоку. Штрафные броски.
Зачет.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Подтягивание на перекладине. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).

Тема 4. Настольный теннис.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Набивания теннисного мяча. Игра в парах.
Тема 5. Футбол.	Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Удары на точность. Отбор мяча. Учебная игра. Челночный бег 10х10м. (мин.сек.) Удары по мячу внешней стороны стопы. Удары по катающемуся мячу. Удары по прыгающему мячу. Удары по летящему мячу. Удары по мячу носком, пяткой и головой. Жонглирование. Подтягивание на перекладине.
Тема 6. Волейбол.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Передача мяча сверху и снизу. Подача мяча снизу.

Зачет.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Подтягивание на перекладине. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).
Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков способом применения основных популярных видов спорта. **Этап разучивания и совершенствования.**		
Тема 7. Легкая атлетика.	Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Бег: 100 метров. Кросс: 2000 м. –(девушки); 3000 м. -(юноши).
Тема 8. Общая физическая подготовка.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания). Подтягивание на перекладине. Сгибание туловища в положении лежа без фиксации ног (пресс). Прыжки на скакалке(девушки), Рывок гири(юноши).

Тема 9. Баскетбол.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Броски мяча в корзину сбоку. Штрафные броски.
Зачет.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Подтягивание на перекладине. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).
Тема 10. Настольный теннис.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Набивания теннисного мяча. Игра в парах.

Тема 11. Футбол.	Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Удары на точность. Отбор мяча. Учебная игра. Челночный бег 10х10м. (мин.сек.) Удары по мячу внешней стороны стопы. Удары по катающемуся мячу. Удары по прыгающему мячу. Удары по летящему мячу. Удары по мячу носком, пяткой и головой. Жонглирование. Подтягивание на перекладине.
Тема 12. Волейбол.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Подача мяча снизу. Подача мяча сверху.
Зачет.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Подтягивание на перекладине. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).
Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков способом применения основных популярных видов спорта. **Этап разучивания и совершенствования.**		

Тема 13. Легкая атлетика.	Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Бег: 100 метров. Кросс: 2000 м. –(девушки); 3000 м. -(юноши). Прыжок в длину с места.
Тема 14. Общая физическая подготовка.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания). Подтягивание на перекладине. Сгибание туловища в положении лежа без фиксации ног (пресс). Прыжки на скакалке(девушки); Рывок гири(юноши). Челночный бег 10х10м.(м./сек.)
Тема 15. Баскетбол.	Владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	Броски мяча в корзину сбоку. Штрафные броски.
Зачет.	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	Подтягивание на перекладине. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания).

5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины **СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА** проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по Специальность: **44.02.02 Преподавание в начальных классах** в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

Оборудование кабинета делопроизводства и режима секретности для обучающихся с различными видами ограничения здоровья

Оснащение кабинета делопроизводства и режима секретности должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ невизуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемыми партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

Информационное и методическое обеспечение обучающихся

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п.3.2 рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее одного вида):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее двух видов):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутического спектра, нарушение психического развития):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Указанные в п. 4 программы формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся. Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.

6.ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ (АКТУАЛИЗАЦИИ) РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебный год	Внесенные изменения	Преподаватель (ФИО)	Протокол заседания кафедры (дата, номер), ФИО зав. кафедрой, подпись

Примечание:

В таблице указывается только характер изменений (например, изменение темы, списка источников по теме или темам, средств промежуточного контроля), с указанием пунктов рабочей программы. Само содержание изменений оформляется приложением по сквозной нумерации

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):
СЦГ. 04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование готовности студента к научно-исследовательской деятельности, разработке программы научного исследования и ее реализации в условиях школы и профессионального образования.
2. **Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина **СЦГ.04 «Физическая культура»** относится к **профессиональной подготовке** и **Модулю ОПЦ. «Общепрофессиональный цикл»** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки студентов по направлению 44.02.02 «Преподавание в начальных классах», квалификация «Преподаватель начальных классов».

3. **Требования к результатам освоения дисциплины (модуля):**

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника:
ОК 01 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК О4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
Воспитатель должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:
ПК 3.5. Осуществлять педагогическое просвещение и сопровождение родителей, обучающихся (их законных представителей).
ПК 3.6. Организовывать взаимодействие с субъектами образовательного процесса для решения задач воспитания (родителями обучающихся (их законными представителями). **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 часа.**

1. **Семестр: ОФО – 1 семестр зачет, 2 семестр – диф.зачет**
   ЗФО –1 семестр зачет, 2 семестр – диф.зачет
2. **Основные разделы дисциплины (модуля):**

«Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков способом применения основных популярных технологий физкультурно-спортивной деятельности. Легкая атлетика.», «**Общая физическая подготовка**», «**Баскетбол**», **«Футбол», «Волейбол», «Настольный теннис»**.

3. **Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:** 1 семестр –зачет, 2 семестр –диф.зачет.
4. **Авторы составители:** Сагитов К.Я – преподаватель кафедры СПО