

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«КОЛЛЕДЖ ГУМАНИТАРНЫХ И СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
ДИСЦИПЛИН ИМЕНИ СВЯТИТЕЛЯ АЛЕКСИЯ,  
МИТРОПОЛИТА МОСКОВСКОГО»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБПОУ СО  
«Гуманитарный колледж»  
И.А. Клименко  
«23» июня 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

*Общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл*  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности  
44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании

Тольятти 2025

СОГЛАСОВАНО

на заседании цикловой комиссии  
социально-гуманитарных и правовых дисциплин  
председатель комиссии \_\_\_\_\_ Г.С. Земляков  
Протокол № 5 от 19 июня 2025г.

Составитель: Сокирко П.П., преподаватель ГБПОУ СО «Гуманитарный колледж»

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании, утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 13 марта 2018 г. N 183

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании в соответствии с требованиями ФГОС СПО

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	19
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	21

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности гуманитарного профиля СПО: 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании в рамках реализации ППССЗ СПО

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

Учебная дисциплина СГ.04 «Физическая культура» входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл учебного плана ППССЗ.

## **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

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**:

- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

В ходе изучения дисциплины СГ.04 «Физическая культура» ставится задача формирования следующих общих компетенций:

### **Общие компетенции**

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

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

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

В ходе изучения дисциплины ОГСЭ.05 «Физическая культура» ставится задача формирования следующих профессиональных компетенций:

<b>Коды ПК</b>	<b>Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.05 «Коррекционная педагогика в начальном образовании»)</b>
<b>ПМ.01 Преподавание по программам</b>	
ПК 4.3	Обеспечивать организационно-методические условия реализации обучающимися, в том числе с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, индивидуальных образовательных маршрутов, проектов.
ПК 3.1	Проектировать и реализовывать современные программы воспитания на основе ценностного содержания образовательного процесса в начальных классах, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
ПК 3.3	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования с позиции эффективности их применения в области воспитания обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Объём образовательной нагрузки - 168 часа, в том числе:

учебная нагрузка обучающегося:

самостоятельная учебная нагрузка – 2 час;

нагрузка во взаимодействии с преподавателем:

всего учебных занятий – 166 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Объем часов</b>
Объём образовательной нагрузки	168
учебная нагрузка обучающегося:	
в том числе:	
самостоятельная учебная нагрузка	2
нагрузка во взаимодействии с преподавателем:	166
в том числе:	
всего учебных занятий	166
в том числе:	
теоретического обучения	—
практические занятия	166
курсовые работы	—
учебная и производственная практика	—
консультации	—
промежуточная аттестация	—
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета в 3,4,5,6,7 семестрах и в форме дифференцированного зачёта в 8 семестре</b>	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	
<b>Раздел 1. Практико- теоретический</b>			
<b>Тема 1.1</b> Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.	<p><b>Содержание учебного материала</b> Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Физическая культура личности. Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте. Сущность физической культуры и спорта. Ценности физической культуры . Физическая культура как учебная дисциплина среднего профессионального образования .Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.</p>		2
	<b>Практические занятия</b>		
	1. Введение. Техника безопасности	2	
	2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Основы здорового образа жизни.	2	
	3. Бег на 60 метров	2	
	4. Метание гранаты	2	
	5. Бег на 100 метров	2	
	6. Прыжки в длину с места	2	
	7. Кросс 1 км	2	
	8. Прыжки в длину с разбега.	2	
	9. Кросс на 2 км	2	
	10. Техника ведения мяча в баскетболе	2	
	11. Техника ведения мяча	2	
	12. Техника передачи мяча	2	
	13. Отработка броска в корзину	2	

	14. Игра в баскетбол	2	
	15. Игра в баскетбол и подводящие игры	2	
	16. Зачет	2	
<b>Раздел 2. Методико-практический</b>			
<b>Тема 2.1</b> Методико-практические занятия. Физические способности человека.	<b>Содержание учебного материала</b> Техника подачи мяча в волейболе. Подготавливающие прыжковые упражнения с имитацией блока. Постановка передвижения ногами при приёме мяча, приём снизу, приём сверху. Подводящие игры, игра по упрощённым правилам, игра по правилам.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	17. Техника подачи мяча в волейболе.	2	
	18. Техника постановки блока.	2	
	19. Техника приёма мяча.	2	
	20. Отработка навыков атаки в волейболе	2	
	21. Игра в волейбол	2	
	22. Игра в волейбол	2	
	23. Игра в волейбол	2	
	24. Опорный прыжок	2	
	25. Опорный прыжок через козла	2	
<b>Раздел 3. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.</b>			

<b>Тема 3.1</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	Содержание учебного материала Формы (виды) труда (умственный, физический). Режимы труда и отдыха. Динамика работоспособности в процессе труда и специфики профессионального утомления. Определение профессионально-значимых психических, физических качеств. Самостоятельная оценка уровня развития этих качеств, план развития. Использование «малых форм» физической культуры в режиме труда и учебы студентов. Причины возникновения утомления и переутомления, способы их профилактики средствами физической культуры и спорта.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	26. Составление профессиограммы осуществления ППФП	2	
	27. Проведение комплексов упражнений ППФП	2	
	28. Проведение комплекса упражнений ППФП	2	
	29. Тесты контроля эффективности ППФП	2	
	30. Разработка специального комплекса упражнений	2	
	31. Проведение специального комплекса упражнений	2	
	32. Разработка занятий гимнастикой	2	
	33. Проведение комплексов гимнастических упражнений	2	
	34. Разработка индивидуальных программ физического самовоспитания	2	
	35. Проведение комплекса программы физического самовоспитания	2	
	36. Проведение комплекса занятий гимнастикой	2	
	37. Зачёт	2	
	38. Упражнения для формирования проф. значимых двигательных навыков	2	
39. Проведение комплекса упражнений.	2		
40. Проведение комплекса упражнений для формирования двигательного навыка	2		
41. Мероприятия на устойчивость организма к заболеваниям	2		
42. Комплекс упражнений на устойчивость организма к заболеваниям	2		

	43. Комплексы упражнений на повышение устойчивости организма к проф. заболеваниям.	2	
	44. Проведение комплекса упражнений по физическому самовоспитанию.	2	
<b>Раздел 4. Учебно-тренировочный.</b>			
<b>Тема 4.1</b> Основы физической и спортивной подготовки.	Содержание учебного материала Основы формирования двигательного навыка. Психологические особенности процесса по формированию двигательных навыков. Овладение двигательным действием.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	45. Средства и методы спортивной тренировки.	2	
	46. Эффективность тренировочного процесса.	2	
	47. Зачет	2	
	48. Проведение спортивной тренировки.	2	
	49. Спортивная тренировка.	2	
<b>Раздел 5. Учебно-тренировочный.</b>			
<b>Тема 5.1</b> Направленность средств, методов и форм физического воспитания.	Содержание учебного материала Средства физического воспитания: физические упражнения, оздоровительные силы природной среды и гигиенические факторы. Метод регламентированного упражнения; игровой метод; соревновательный метод. Формы физического воспитания: теоретические, практические, контрольные; индивидуальные и групповые (консультации); самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	50. Лапта	2	
	51. Игра "лапта".	2	
	52. Техника ударов по мячу.	2	
	53. Удар по мячу.	2	

	54. Отработка техники ударов по мячу.	2	
	55. Отработка техники приёма мяча.	2	
	56. Отработка техники подачи мяча.	2	
	57. Отработка техники приёма и подачи мяча.	2	
	58. Игра в лапту.	2	
	59. Игра в лапту по правилам.	2	
<b>Раздел 6. Учебно - тренировочный.</b>			
<b>Тема 6.1</b> Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия в процессе занятий физическими упражнениями и спортом	Содержание учебного материала Профилактические мероприятия для предупреждения спортивных травм. Реабилитационные мероприятия при занятиях физическими упражнениями. Восстановительные мероприятия при занятиях физическими упражнениями.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	60. Упражнения для профилактики травматизма.	2	
	61. Комплекс упражнений для профилактики травматизма.	2	
	62. Упражнения для реабилитации.	2	
	63. Проведение упражнений для реабилитации.	2	
	64. Гимнастика.	2	
	65. Комплекс гимнастических упражнений.	2	
	66. Силовая подготовка - пресс.	2	
	67. Зачёт.	2	
	68. Правила игры в гандбол.	2	
	69. Техника игры в гандбол.	2	
	70. Техника приёма и передачи мяча.	2	
	71. Отработка техники приёма мяча.	2	

	72. Передача мяча.	2	
	73. Броски по воротам.	2	
	74. Отработка бросков по воротам.	2	
	75. Игра в гандбол.	2	
	76. Игра в гандбол.	2	
<b>Раздел 7. Контрольно-оценочный.</b>			
<b>Тема 7.1</b> Информационный контроль над учебной деятельностью	Содержание учебного материала Организация контроля над учебной деятельностью. Структура педагогического процесса. Анализ лично - деятельностного подхода как основы организации образовательного процесса.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	77. Методы контроля над учебной деятельностью.	2	
	78. Зачёт	2	
<b>Раздел 8. Контрольно - оценочный.</b>			
<b>Тема 8.1</b> Требования к уровню подготовки студентов.	Содержание учебного материала Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину		2
	Практические занятия	2	
	79. Эстафета.	2	
	80. Техника спортивной ходьбы.	2	
	81. Бег на 60 метров.	2	
	82. Метание гранаты.	2	
	Дифференцированный зачёт.	2	
	<b>Всего:</b>	<b>168</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия универсального спортивного зала. Специальные помещения должны представлять собой учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы, мастерские и лаборатории, оснащенные оборудованием, техническими средствами обучения и материалами, учитывающими требования международных стандартов.

##### **Спортивное оборудование:**

баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны;

оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке.

##### **Технические средства обучения:**

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;

- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### **Основные источники:**

1. Гуманитарные технологии в физической культуре: пособие для преподавателей: Пособие / Филиппова С.О., Митин А.Е., Соломин В.П М.:НИЦ ИНФРА-М, 2019. 60x90 1/16. - (Высшее образование: Специалитет) ISBN 978-5-16-103229-9 (online)
- 2.Зайцев А. А., Зайцева В. Ф., Луценко С. Я. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка. М.: Юрайт, 2020. 227с.
3. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Теория и история физической культуры. М.: КноРус, 2020. 448 с.
- 4.Собянин Ф. И. Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. М.: Феникс, 2020. 221 с.
- 5.Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка / под ред. Зайцев А. А. М.: Юрайт, 2020. 228 с.

### **Дополнительные источники:**

- 1 Подвижные игры для небольших помещений . Патрикеев А.Ю. Издательское решение 2019 – 218 с.
- 2 Внеклассные мероприятия : развиваем координацию – развиваем мышление ! : Начальная школа . Патрикеев А.Ю. Издательское решение . 2019 – 116 с.
- 3 Подвижные игры в спортзале . Патрикеев А.Ю. – Издательское решение , 2020 – 200с.
- 4 Русские народные подвижные игры . Литвинова М.Ф. Пособие для воспитателя детского сада . Под редакцией Л.В.Русской – М. Просвещение 1986 – 79с.
- 5 Детские подвижные игры народов ссср . Пособие для воспитателя детского сада . Составитель А.В.Кенеман – М.Просвещение , 1988 – 239с.

### **Интернет ресурсы:**

1. Королёва, Е.Т. Дистанционный курс по дисциплине «Физическая культура» Электронная образовательная среда / Е.Т. Королёва [Электронный ресурс] <https://gumcollege.minobr63.ru/enrol/index.php?id=155>
2. Диченкова, А.М. Физкультминутки и пальчиковые игры в начальной школе / А.М. Диченкова. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. - 64 с. : ил. - (Наша началочка). - ISBN 978-5-222-21517-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256430>
3. Избранные лекции по лечебной физической культуре: учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений : учебное пособие : в 3 ч. / сост. Л.П. Черапкина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство сибгуфк, 2017. - Ч. 3. Лечебная физическая культура в хирургии и неврологии. - 104 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?Page=book&id=483286>
4. Дедулевич, М.Н. Методика физического воспитания детей : учебник / М.Н. Дедулевич, В.А. Шишкина. - Минск : РИПО, 2015. - 328 с. : ил. - Библиогр.: с. 204-209. - ISBN 978-985-503-554-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463279>
5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма. Вестник Проблемного совета по физической культуре Российской Академии Образования - Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта», - 60 с. [Электронный ресурс]. - URL: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>уметь:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p><b>знать:</b> О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.</p>	<p>– фронтальный опрос, тестирование, оценка выполнения упражнений;</p> <p>– оценка практических занятий;</p> <p>– оценка самостоятельной работы;</p> <p>– накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая (семестровая) оценка;</p> <p>– <i>Методы оценки результатов обучения:</i> промежуточная аттестация по дисциплине в форме дифференцированного зачета</p>

**ПРИЛОЖЕНИЕ А**  
**ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ (ОК)**

Название ОК	Технологии формирования ОК (на учебных занятиях)
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	Технологии личностно-ориентированного подхода к обучающимся, развития самостоятельной учебно-познавательной деятельности, проблемный метод, когнитивные методы, направленные на овладение принципами системного подхода к решению профессиональных задач и на демонстрацию эффективности и качества выполнения профессиональных задач
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;	Информационно-коммуникативные технологии на уроках, позволяющие формировать у обучающихся умение осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач и личностного развития.
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;	Технологии личностно-ориентированного подхода к обучающимся, развития самостоятельной учебно-познавательной деятельности, проблемный метод, когнитивные методы, направленные на овладение принципами системного подхода к решению профессиональных задач и на демонстрацию эффективности и качества выполнения профессиональных задач
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;	Технологии, направленные на формирование у обучающихся готовности к социальному взаимодействию, способности свои устремления соотносить с интересами других людей, групп, команды, с руководством, с потребителями, использовать ресурсы других людей, цивилизованно отстаивать свою точку зрения в диалоге, проектный метод
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	Информационно-коммуникативные технологии на уроках, позволяющие формировать у обучающихся умение осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач и личностного развития.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей	Технологии, направленные на формирование у обучающихся готовности к социальному взаимодействию, способности свои устремления соотносить с интересами других людей, групп, команды, с руководством, с потребителями, использовать ресурсы других людей, цивилизованно отстаивать свою точку зрения в диалоге, проектный метод
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	Технологии личностно-ориентированного подхода к обучающимся, направленные на побуждение к сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления	Технологии личностно-ориентированного подхода к обучающимся с использованием физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе

здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;	Информационно-коммуникативные технологии на уроках, позволяющие формировать у обучающихся умение осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач и личностного развития.
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	ИКТ, позволяющие обучающимся овладеть методами сбора, размещения, сохранения, накопления, преобразования и передачи данных в профессионально-ориентированных информационных системах, проявления интереса к инновациям в области профессиональной деятельности

**ПРИЛОЖЕНИЕ Б**  
**ПЛАНИРОВАНИЕ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ**  
**АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**  
**(в т.ч. с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		Активные и интерактивные формы и методы обучения	Формируемые ОК
		всего	в т.ч. с применением электронного обучения, дистанционных образоват. технологий		
1.	<b>Тема 1.1</b> Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Основы здорового образа жизни.	2	1	Совместная работа преподавателя и студентов с элементами исследовательской деятельности: подготовка мини проекта. Организация собственной деятельности для выполнения профессиональных задач. Оценка эффективности и качества собственной деятельности.	ОК 1-8
2.	<b>Тема 2.1</b> Методико-практические занятия. Физические способности человека.	2	1	Подводящие игры, игра по упрощённым правилам, игра по правилам. Игровые формы и методы. Работа в парах, малых группах.	ОК 2; ОК 6; ОК 10
3.	<b>Тема 3.1</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	12	6	Комплекс упражнений на устойчивость организма к заболеваниям Тесты контроля эффективности ППФП Разработка специального комплекса упражнений Разработка занятий гимнастикой Упражнения для формирования проф. значимых двигательных навыков Составление профиограммы осуществления ППФП Работа в парах, малых группах. Метод групповых дискуссий.	ОК 2; ОК 3; ОК 6; ОК 9-10

				Организация собственной деятельности для выполнения профессиональных задач. Оценка эффективности и качества собственной деятельности.	
4.	<b>Тема 4.1</b> Основы физической и спортивной подготовки	2	1	Основы формирования двигательного навыка. Психологические особенности процесса по формированию двигательных навыков. Овладение двигательным действием. Совместная работа преподавателя и студентов: подбор и анализ средств и методов спортивной тренировки. Поиск, анализ и оценка информации, необходимой для решения профессиональных задач	ОК 2; ОК 6; ОК 9-10
5.	<b>Тема 5.1</b> Направленность средств, методов и форм физического воспитания	4	2	Средства физического воспитания: физические упражнения, оздоровительные силы природной среды и гигиенические факторы. Метод регламентированного упражнения; игровой метод; соревновательный метод. Формы физического воспитания: теоретические, практические, контрольные; индивидуальные и групповые (консультации); самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя. Организация собственной деятельности для выполнения профессиональных задач. Оценка эффективности и качества собственной деятельности.	ОК 1-8; ОК 10
6.	<b>Тема 6.1</b>	2	1	Совместная работа	ОК 1-4; ОК 6;

	Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия в процессе занятий физическими упражнениями и спортом			преподавателя и студентов с элементами исследовательской деятельности: подготовка мини проекта. Организация собственной деятельности для выполнения профессиональных задач. Оценка эффективности и качества собственной деятельности.	ОК 10
7.	<b>Тема 7.1</b> Информационный контроль над учебной деятельностью	2	1	Совместная работа преподавателя и студентов с элементами исследовательской деятельности: организация контроля над учебной деятельностью. Анализ структуры педагогического процесса. Анализ личностно-деятельностного подхода как основы организации образовательного процесса.	ОК 1-5; ОК 7; ОК 8
8.	Самостоятельная работа по составлению опорных конспектов, рефератов, докладов, презентаций	10	5	Организация собственной деятельности для выполнения профессиональных задач. Оценка эффективности и качества собственной деятельности.	ОК 2; ОК 6; ОК 10
9.	Самостоятельная работа по выполнению упражнений, подготовка учебных проектов	12	6	Поиск, анализ и оценка информации, необходимой для решения профессиональных задач	ОК 2; ОК 6; ОК 10
	Итого	44	24		

## ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Дата актуализации	Результаты актуализации	Фамилия И.О. и подпись лица, ответственного за актуализацию