

ГБПОУ «Катав-Ивановский индустриальный техникум»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 «Физическая культура»

индекс, наименование учебной дисциплины

для подготовки специалистов среднего звена

по основной профессиональной образовательной программе

44.02.01 Дошкольное образование

код, наименование профессии/специальности


Прием 2023

г. Катав-Ивановск

2023

«Рассмотрено»
на заседании
предметно цикловой
комиссии ДО
Протокол № 1
от 02.09 2023г.

Программа составлена в
соответствии с ФГОС СПО по
специальности 44.02.01
«Дошкольное образование»
и примерной программой учебной
дисциплины «Физическая культура»

«Утверждено»
Председатель ПЦК
 Е.А.Чегодаева

« 02 » 09 2023г.

Составитель:


_____ Е.А.Чегодаева

преподаватель
ГБПОУ «К-ИИТ»

СОДЕРЖАНИЕ

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ 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 примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	144
в т.ч. в форме практической подготовки	142
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	142
Самостоятельная работа 1	-
Промежуточная аттестация <i>в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Лёгкая атлетика		24	
Тема 1. Средства физической культуры	Содержание учебного материала	2/-	ОК 08
	Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности.	2	
	Зоны риска физического здоровья воспитателя.		
	Средства профилактики перенапряжения, стресса		
	Содержание учебного материала	4	
Тема 2. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 1. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики. Бег по пересечённой местности. Совершенствование техники специально беговых упражнений.	4	
	Содержание учебного материала	-/3	
Тема 3. Бег на короткие дистанции	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	ОК 08
	Практическое занятие 2. Бег на короткие дистанции. Старт из разных И.п. Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений. Развитие скоростных качеств. Бег 100 метров	3	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 4. Прыжки в длину с разбега	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 3. Отработка техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Выполнение подводящих упражнений	2	
	Содержание учебного материала	-/3	
Тема 5. Метание мяча	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	ОК 08
	Практическое занятие 4. Совершенствование техники метания малого мяча. Метание небольших предметов до 80-100 гр. на дальность.	3	

	Метания мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Метание мяча с места в цель и с разбега на дальность.		
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 6. Спортивная ходьба	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 5. Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы. Прохождение дистанции 400 м.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 7. Эстафетный бег	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 6. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки. Эстафета 4x100 м. Бег в командах	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 8. Бег на средние и длинные дистанции	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 7. Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Совершенствование техники высокого старта. Бег с высокого старта и финиширование. Бег 1000 метров на время	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 9. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 8. Подвижные игры с элементами бега, прыжками и эстафеты. Организация и проведение подвижных игр	4	
	-/14		
Раздел 2. Спортивные игры (Баскетбол.)		Содержание учебного материала	2
Тема 10. Передвижение, остановки, повороты	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 9. Перемещение в стойке, остановка, повороты, ускорение. Овладение комбинациями передвижений. Передвижение в нападении и в защите	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08

Тема 11. Передачи мяча	Практическое занятие 10. Освоение передачи мяча отскоком от площадки, от груди, из – за головы, от плеча на месте и в движении. Овладение передачей мяча правой, левой рукой снизу.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 12. Ведения мяча	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 11. Совершенствование техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойках левой, правой рукой с изменением направления движения и скорости с сопротивлением и без сопротивления защитника, с изменением высоты отскока.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 13. Бросок в корзину	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 12. Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении после ловли и ведения. Освоение техники штрафного броска. Действия защитников при штрафных бросках и разыгрывании спорных мячей.	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 14. Индивидуальные, групповые и командные действия	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 13. Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите. Овладение личной защиты на своей половине площадки и по всей площадке. Двухсторонняя игра.	4	
	-/10		
Раздел 3. Лыжная подготовка		Содержание учебного материала	-/2
Тема 15. Строевые упражнения с лыжами	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 14. Строевые упражнения с лыжами. Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Поворот переступанием вокруг носков лыж. Поворот махом на два счета, прыжком.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 16. Классические хода	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 15. Освоение техники классических ходов: скользящего шага, попеременного двухшажного хода; одновременных	2	

	ходов: одновременно бесшажного, одновременно одношажного, одновременно двухшажного хода.		
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 17. Переходы с хода на ход в классических ходах	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 16. Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные хода. Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно -одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 18. Преодоление препятствий и подъемов в гору. Торможение.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 17. Совершенствование техники передвижения на лыжах, преодоления препятствий. Подъем в гору: скользящим ходом, ступающим шагом, «полуёлочкой», «ёлочкой». Совершенствование техники торможения	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 19. Проведение соревнований по лыжным гонкам	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 18. Проведения соревнований по лыжным гонкам в группе на дистанцию 2-5км.	1	
	Практическое занятие 19. Прохождение дистанции 2 км. на лыжах без учета времени	1	
	-/12		
Раздел 4. Гимнастика		Содержание учебного материала	-/4
Тема 20. Физические упражнения	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 20. ТБ на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой с предметами и без предметов.	2	
	Практическое занятие 21. Составление комплексов упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками. Выполнение комплексов гимнастических упражнений на различные группы мышц.	2	

	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 21. Современные оздоровительные виды гимнастики	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 22. Освоение комплексов танцевальной аэробики, освоение комплексов атлетической гимнастики с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 22. Акробатика	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 23. Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок вперед, стойка на лопатках, «мостик» из положения стоя с помощью и самостоятельно. Выполнение комбинации из нескольких элементов.	3	
	Практическое занятие 24. Оценка техники выполнения акробатической комбинации из 6-8 элементов	1	
	-/16		
Раздел 5. Лёгкая атлетика		Содержание учебного материала	-/2
Тема 23. Бег на короткие дистанции	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 25. Совершенствование техники бега на короткие дистанции 100 – 200 м. Низкий старт, старт из разных И. П.. Старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиш. Отработка всех этапов бега.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 24. Кроссовая подготовка	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 26. Выполнение спец. беговых упражнений, совершенствование техники бега на выносливость, развитие общей выносливости	3	
	Практическое занятие 27. Кросс по пересеченной местности 2000м	1	

	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 25. Прыжки в длину.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 28. Совершенствование техники прыжка в длину с места. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 26. Эстафетный бег	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 29. Совершенствование техники эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Передача эстафетной палочки на месте и в движении	2	
	Содержание учебного материала	-/6	
Тема 27. Подвижные игры и эстафеты	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6	ОК 08
	Практическое занятие 30. Игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Гуси-лебеди», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Вызов номеров». Игры преимущественно с прыжками: «Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде», «Волк во рву», эстафета. Бег 100 метров	6	
	-/4		
Раздел 6. Гимнастика		Содержание учебного материала	4
Тема 28. Упражнения дыхательной гимнастики	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 31. Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексов дыхательных упражнений	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 29. Стрейтчинг	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 32. Выполнение общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Комплекса упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками.	2	

	Практическое занятие 33. Выполнение упражнений для развития гибкости. Комплекс гимнастических упражнений на укрепление мышц живота и спины.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 30. Комплекс упражнений на развитие силовой выносливости	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 34. Освоение комплексов аэробики, степ-аэробики.	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 31. Комплекс упражнений на развитие координации движений	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 35. Выполнение комплекса упражнений для развития координации движений. Подбор упражнений для развития координации движений детей дошкольного возраста.	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 32. Комплекс упражнений с использованием тренажеров	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 36. Освоение комплексов с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	4	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 33. Фитнес аэробика	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 37. Выполнения комплекса фитнес аэробики. Составление и демонстрация комплекса индивидуальной тренировки.	4	
	-/10		
Раздел 7. Лыжная подготовка		Содержание учебного материала	-/2
Тема 34. Попеременный двухшажный ход	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 38. Совершенствование техники строевых упражнений с лыжами. Повороты на месте: махом правой наружу, махом левой наружу, поворот прыжком. Совершенствование техники скользящего шага, попеременного двухшажного хода. Работа рук на месте и в движении.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	

Тема 35. Одновременные ходы	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 39. Передвижение на лыжах. Одновременные ходы: бесшажный, одновременно - одношажный, одновременно - двухшажный ход. Имитация на месте и в движении одновременного бесшажного хода, одновременно - одношажного, одновременно – двухшажного хода.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 36. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 40. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный ход и переход с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 37. Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 41. Передвижение на лыжах классическими и коньковыми ходами по пересечённой местности 2-5 км. Проведение подвижных игр с элементами лыжной подготовки. Подвижные игры: «Нарисуй солнышко», Накаты», «Сороконожки», «Команда быстроногих».	4	
	-/12		
Раздел 8. Спортивные игры (Волейбол)		Содержание учебного материала	-/2
Тема 38. Техника передвижения волейболиста.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 42. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений. Выполнение перемещений с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Упражнения в парах, в тройке.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 39. Прием и передача мяча.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 43. Выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач: верхняя и нижняя передача мяча и прием. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Передачи в парах на месте. Упражнения во встречных колоннах.	2	

	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 40. Подача мяча	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 44. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 41. Техника игры в волейбол	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 45. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 42. Двухсторонняя игра.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 46. Двухсторонняя игра: правила судейства, судейские жесты.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 43. Подвижные игры с элементами волейбола.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 47. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игры, способствующие совершенствованию навыков передачи мяча: «Эстафеты у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч среднему».	1	
	Практическое занятие 48. Оценка техники элементов игры в волейбол. Выполнение передач и подач.	1	
	-/8		
Раздел 9. Легкая атлетика		Содержание учебного материала	-/2
Тема 44. Бег на короткие дистанции.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 49. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой бега на короткие дистанции. Бег с низкого старта по прямой. Бег по повороту, бег с низкого старта по повороту,	2	

	ускорение в конце поворота с переходом к бегу по прямой. Финиширование.		
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 45. Бег на длинные дистанции	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 50. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой бега на длинные дистанции. Бег со средней скоростью с сохранением правильности осанки и работы рук. Бег по повороту с выбеганием на прямую, вбегание с прямой в круг, бег по виражу 3-4 раза. 4.Бег с высокого старта.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 46. Челночный бег	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 51. Совершенствование техники челночного бега. Проведение подвижных игр и эстафет на занятиях легкой атлетикой. Игры с бегом: «Рывок за мячом», «Сумей догнать», «Наступления», «Гонка с выбыванием». Игры с прыжками: «Челнок», «Кто выше?», «Перемена мест». Игры с метанием: «Пушкاري», «От щита в поле», «Мяч через сетку».	3	
	Практическое занятие 52. Проведение подвижной игры с элементами л/а	1	
	-/14		
Раздел 10. Гимнастика		Содержание учебного материала	-/2
Тема 47. Общеразвивающие упражнения с предметами.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 53. Выполнение ОРУ с обручами, со скакалкой, с гимнастической палкой, с помпонами (пипидастры). Выполнение упражнений для профилактики нарушений осанки.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 48. Оздоровительная гимнастика	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 54. Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексы упражнений осанки и плоскостопия	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08

Тема 49. Базовая аэробика	Практическое занятие 55. Освоение комплексов базовой аэробики, основных шагов, дыхательной гимнастики.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 50. Танцевальная аэробика.	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 56. Освоение комплексов танцевальной аэробики, дыхательной гимнастики.	2	
	Содержание учебного материала	-/2	
Тема 51. Степ аэробика	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 08
	Практическое занятие 57. Освоение комплексов степ аэробики, основных шагов.	2	
	Содержание учебного материала	-/4	
Тема 52. Фитбол аэробика	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 08
	Практическое занятие 58. Освоение комплексов фитбол аэробики, развитие физических качеств.	2	
	2		
Промежуточная аттестация		144	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Универсального спортивного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий. Спортивное оборудование: баскетбольные, волейбольные мячи; щиты, корзины, сетки, стойки, антенны, снаряды для метания, специально – оборудованные секторы для прыжков и метаний, спортивный инвентарь для выполнения общеразвивающих упражнений с предметами (набивные мячи, гантели, тренажеры, экспандеры, обручи, скакалки, мячи и др.), шведская стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, и.т.п.). Технические средства обучения: музыкальный центр с колонками.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

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).

Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/77006>

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).

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

Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : пресс-служба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 19.11.2018).

ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru/>, свободный (дата обращения: 19.11.2018).

Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: [https:// www.olympic.ru/.](https://www.olympic.ru/), свободный (дата обращения: 19.11.2018).
Социальная сеть работников образования nsportal.ru [Электронный ресурс]. – Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: [https:// www. nsportal.ru/.](https://www.nsportal.ru/), (дата обращения: 19.11.2018).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
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.	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;	тестирование.
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.	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.	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств. оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации; дифференцированный зачет.

5. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА В ЧАСТИ ДОСТИЖЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Оценка достижения обучающимися личностных результатов проводится в рамках контрольных и оценочных процедур, предусмотренных настоящей программой.

Комплекс примерных критериев оценки личностных результатов обучающихся:

- демонстрация интереса к будущей профессии;
- оценка собственного продвижения, личностного развития;
- положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов;
- ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности;
- проявление высокопрофессиональной трудовой активности;
- участие в исследовательской и проектной работе;
- участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях;
- соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики;
- конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде;
- демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;
- готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;
- сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении;
- проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;
- проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону;
- отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся;
- отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве;
- участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях;
- добровольческие инициативы по поддержки инвалидов и престарелых граждан;
- проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
- демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии;
- демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся;
- проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации;
- умения ориентироваться в информационном пространстве;
- участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах;

– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности.

Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	ЛР 2
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	ЛР 11
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии, готовность транслировать эстетические ценности своим воспитанникам	ЛР 17
Управляющий собственным профессиональным развитием, рефлексивно оценивающий собственный жизненный опыт, критерии личной успешности, признающий ценность непрерывного образования,	ЛР 19

**6. МЕРОПРИЯТИЯ, ЗАПЛАНИРОВАННЫЕ НА ПЕРИОД РЕАЛИЗАЦИИ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СОГЛАСНО КАЛЕНДАРНОМУ ПЛАНУ
ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Дата	Содержание и формы деятельности	Участники	Место проведения	Ответственные	Коды ЛР
Сентябрь	Неделя специальности «Дошкольное образование»	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 19 ЛР 17
Октябрь	Экскурсии в МДОУ г.Катав-Ивановска	ДО- 21	МДОУ г.Катав-Ивановска	преподаватель	ЛР 19
Ноябрь-март	Проведение открытых мероприятий в детских образовательных организациях	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 1 ЛР 19
Декабрь	Участие в профилактических мероприятиях, акциях «Нет-наркотикам», ВИЧ и др.	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 17
Январь-июнь	Изготовление наглядных пособий по дисциплине	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 19
Февраль	Ярмарка профессий	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 19
Март	Участие в профориентационных мероприятиях «Ярмарка вакансий»	ДО-21	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 2 ЛР 19
Апрель	Участие в конкурсе Профессионалы, Участие в акции ЗОЖ Участие в мероприятиях «Последний звонок»	ДО-21	Площадка проведения конкурса г. Челябинск ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 17 ЛР 10 ЛР 11
Май	Деловая игра «Имидж воспитателя»	ДО-11	ГБПОУ «К-ИИТ»	преподаватель	ЛР 10 ЛР 19