

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.04  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

для студентов, обучающихся по специальности

**44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном  
образовании**

**Курган 2023**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утверждённого Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом рабочей программы воспитания, в соответствии с примерной основной образовательной программой, разработанной ГБПОУ «Донской педагогический колледж», на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утверждённого Приказом Минобрнауки России от 13.03.2018 № 183 по специальности

код	наименование специальности
<b>44.02.05</b>	<b>Коррекционная педагогика в начальном образовании</b>
(Программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)	

#### Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Байбатыров Аманжол Жантасович	первая	Преподаватель физической культуры
2	Тетерин Олег Витальевич		Преподаватель физической культуры

#### Рассмотрено на заседании МО МК по физической культуре

	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Беляева Татьяна васьильевна	30.08.2023г.	1

#### Согласовано на заседании научно-методического совета

Дата заседания НМС	№ протокола
31.08.2023г.	1

## **Содержание**

<b>1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины</b>	<b>4</b>
<b>2. Структура и содержание учебной дисциплины</b>	<b>6</b>
<b>3. Условия реализации программы учебной дисциплины</b>	<b>20</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины</b>	<b>27</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.04 Физическая культура

### 1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности

**44.02.05**

**Коррекционная педагогика в начальном образовании**

укрупненной группы специальностей

**44.00.00**

**Образование и педагогические науки**

### 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в часть циклов ППССЗ

**Общий гуманитарный и социально-экономический цикл**

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

**Цель дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и подготовки к будущей профессиональной деятельности

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- |     |   |
|-----|---|
| 1.  | определять задачи для поиска информации; планировать процесс поиска;  |
| 2.  | структурировать получаемую информацию   |
| 3.  | выделять наиболее значимое в перечне информации   |
| 4.  | оценивать практическую значимость результатов поиска  |
| 5.  | оформлять результаты поиска   |
| 6.  | применять современную научную профессиональную терминологию   |
| 7.  | определять и выстраивать траектории самообразования   |
| 8.  | грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке                      |
| 9.  | описывать социальную значимость своей будущей профессии   |
| 10. | организовывать работу коллектива и команды  |
| 11. | взаимодействовать с коллегами, руководством, в ходе профессиональной деятельности   |
| 12. | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей |
| 13. | применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности  |
| 14. | пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для учителя  |

начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения
--

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- |     |   |
|-----|---|
| 1.  | актуального профессионального и социального контекстов, в котором приходится работать и жить;   |
| 2.  | основных источников информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте  |
| 3.  | алгоритма выполнения работ в профессиональной и смежных областях;   |
| 4.  | методов работы в профессиональной и смежных сферах;   |
| 5.  | структуры плана для решения задач;  |
| 6.  | порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;   |
| 7.  | номенклатуры информационных источников применяемых в профессиональной деятельности;   |
| 8.  | приемов структурирования информации;  |
| 9.  | формата оформления результатов поиска информации;   |
| 10. | содержания актуальной нормативно-правовой документации;   |
| 11. | современной научной и профессиональной терминологии;  |
| 12. | возможные траектории профессионального развития и самообразования;  |
| 13. | психологических основ деятельности коллектива;  |
| 14. | психологических особенностей личности;  |
| 15. | правил оформления документов и построения устных сообщений;   |
| 16. | роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;   |
| 17. | основы здорового образа жизни;  |
| 18. | условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения; средства профилактики перенапряжения; |
| 19. | современных средств и устройств информатизации;   |
| 20. | порядок их применения и программное обеспечение профессиональной деятельности   |

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

1. повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
2. подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
3. организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
4. активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Освоение дисциплины направлено на развитие компетенций:

Код	Общие компетенции
ОК 1	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 2	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 3	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 4	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами,

	руководством, клиентами
ОК 5	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 6	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей
ОК 7	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 9	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности

<b>1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:</b>		
максимальной учебной нагрузки обучающегося	<b>172</b>	часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	<b>172</b>	часов,
самостоятельной работы обучающегося	<b>-</b>	часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	172
	в том числе:	
	практические занятия (если предусмотрено)	172
	Промежуточная аттестация в форме <b>зачета с 3 – 8 семестры.</b> <i>Зачет выставляется на основании оценок, полученных за пройденные разделы программы в течение семестра и выполнение контрольных нормативов</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

### ОГСЭ.04 Физическая культура

наименование дисциплины

Номер разделов и тем, код, индекс формируемых компетенций	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	
	<b>1 (3) семестр</b>		<b>0/34</b>	
	<b>Введение</b>		<b>0/2</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорту. 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. Наиболее популярные виды спорта в Российской Федерации. Лучшие спортсмены России, города, колледжа. Основные понятия: «массовый спорт», «спорт высших достижений», «спортивная классификация», «система спортивных соревнований», «Международное спортивное движение». Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности (в условиях спортивного зала и спортивных площадок).		2
	Практические занятия	№1 Проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности (в условиях спортивного зала и спортивных площадок).	2	
<b>Раздел 1</b>	<b>Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 1.1.</b>	<b>Бег на короткие дистанции</b>		<b>0/12</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Специальные беговые упражнения. Техника бега на короткие дистанции: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Техника эстафетного бега. Челночный бег 3х10м; 10х10м ; Выполнение контрольных нормативов в беге на 30м, 60м, 100м, 250м, 500м.		2
	Практические занятия	№2 Совершенствование техники низкого старта и стартового разгона. Бег на скорость до 30м.	3	

		№3 Бег по дистанции, финиширование. Бег на скорость от 30м до 60м.	3	
		№4 Бег на скорость от 100м до 250м.	2	
		№5 Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки, бег по выражу.	2	
		№6 Выполнение контрольных нормативов в беге на 30м, 60м, 100м, 250м, 500м.	2	
<b>Раздел 2</b>	<b>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов</b>			
<b>Тема 2.1.</b>	<b>Формирование здоровья в процессе активной двигательной деятельности</b>		<b>0/4</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Развитие человека как личности и его организма в процессе активной двигательной деятельности. Основные понятия: «физические способности», «методические принципы», «коррекция телосложения и функциональной подготовленности». Физиологические и биохимические изменения, происходящие в организме под воздействием активной двигательной деятельности. Предстартовое состояние. Средства, обеспечивающие устойчивость к напряженной умственной и физической работе. Простейшие методы самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Показатели тренированности при дозированной нагрузке. Простейшие методики оценки функционального состояния и подготовленности организма.		2
	Практические занятия	№7 Составление карты антропометрического исследования физического развития.	2	
		№8 Проведение комплекса упражнений УГГ.	1	
		№9 Выполнение приемов массажа и самомассажа.	1	
<b>Раздел 3</b>	<b>Спортивные игры</b>			
<b>Тема 3.1.</b>	<b>Баскетбол</b>		<b>0/15</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Техника передвижений и остановок игрока. Передачи мяча различными способами на месте и в движении. Ведение мяча с сопротивлением. Дистанционные броски мяча в кольцо с места и в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Индивидуальные действия в защите (вырывание, выбивание, накрывание, отбивание броска). Сочетание приемов: ведение,		2



		передача, бросок. Зонная защита. Контрольные нормативы по технике баскетбола.		
	Практические занятия	№10 Совершенствовать технику элементов баскетбола. Передвижение и остановка игрока.	1	
		№11 Передачи мяча различными способами в движении в парах, тройках.	3	
		№12 Ведение мяча с изменением скорости и направления с сопротивлением.	2	
		№13 Броски мяча в кольцо различными способами в движении с сопротивлением. Штрафной бросок.	2	
		№14 Сочетание приемов техники нападения: ведение, передача, бросок.	2	
		№15 Индивидуальные действия игроков в защите (вырывание, выбивание, накрывание, отбивание броска).	2	
		№16 Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Зонная защита.	1	
		№17 Развитие координационных способностей.	1	
		№18 Выполнение контрольных нормативов по технике баскетбола.	1	
		<b>Зачет</b>	<b>1</b>	
		<b>2 (4) семестр</b>	<b>0/42</b>	
<b>Раздел 4</b>	<b>Лыжная подготовка</b>			
<b>Тема 4.1</b>	<b>Техника лыжных ходов, тактическая подготовка лыжника.</b>		<b>0/10</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Классические лыжные ходы, коньковые ходы. Переход с одновременных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий на лыжах. Элементы тактики лыжных ходов. Развитие физических качеств. Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.		2
	Практические занятия	№19 Переход с одновременных ходов на попеременные – прямой переход, переход с прокатом.	4	
		№20 Преодоление крутых склонов и подъемов различной крутизны и протяженности.	4	
		№21 Распределение сил на дистанции, тактика прохождения спринтерской дистанции, финиширование.	2	
		№22 Специально – подготовительные и имитационные	2	

		упражнения лыжника.		
		№23 Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.	2	
<b>Раздел 5</b>	<b>Биатлон</b>			
<b>Тема 5.1</b>	<b>Элементы биатлона</b>		<b>0/12</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	<p><b>Теоретическая подготовка</b> (развитие биатлона в России и за рубежом, значение и место биатлона в российской системе физического воспитания, всероссийские соревнования по биатлону, современный биатлон и пути его дальнейшего развития, лучшие биатлонисты России и мира, влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиенические знания и навыки, закаливание, гигиена, режим дня, значение правильного режима для спортсмена, врачебный контроль и самоконтроль, дневник самоконтроля).</p> <p><b>Правила биатлона</b></p> <p><b>Общая физическая подготовка</b> (физическое развитие занимающихся, укрепление костно-связочного аппарата, равномерное развитие мышечной системы и укрепление мышц, несущих основную нагрузку в занятиях биатлоном, развитие основных двигательных качеств - силы, быстроты, общей и специальной выносливости, координации движений, улучшение функции сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.</p> <p><b>Специальная физическая подготовка</b> (в бесснежный период на лыжероллерах) по равнинной и пересеченной местности и имитация направлены на увеличение аэробных возможностей организма)</p> <p><b>Технико-тактическая подготовка</b></p> <p><b>Стрелковая подготовка</b></p>		
	Практические занятия	№24Изучение развития биатлона в России и за рубежом	1	
		№25Общие правила, правила индивидуальной гонки, спринта, гонки преследования, масстарта, эстафеты, смешанной эстафеты, штрафы за нарушения правил	1	
		№26Выполнение комплексов общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Выполнение циклических упражнений, развивающих выносливость	2	
		№27Углубленная специальная физическая подготовка, функциональные системы, средства тренировки,	2	

		передвижение на лыжах		
		№28 Углубленное изучение и совершенствование элементов конькового хода, формирование целесообразного ритма двигательных действий при передвижении на лыжах, выполнение специально-подготовительных и соревновательных упражнений	2	
		№29 Изучение, закрепление и совершенствование техники стрельбы в биатлоне, правила техники безопасности при обращении с оружием, правила осмотра оружия, ухода за ним и подготовки его к стрельбе	3	
		№30 Выполнение контрольных нормативов (бег 60м, бег 100м, прыжок в длину с места, подтягивания на перекладине, подъем туловища в положении лежа, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, бег 1500м, лыжная гонка)	1	
Раздел 6	Гимнастика с элементами акробатики.			
Тема 6.1	Гимнастика с элементами акробатики.		0/12	
	Содержание учебного материала			
	1	Строевые и акробатические упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах: разновысоких брусьях, бревне, опорные прыжки. Развитие физических качеств. Зачетные упражнения и контрольные испытания по разделу «Гимнастика».		2
	Практические занятия	№31 Строевые упражнения в движении.	2	
		№32 Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, стойки на голове, руках, лопатках.	2	
		№33 Перекаты вперед и назад, вправо, влево. Переворот в сторону с места и с разбега. Страховка.	2	
		№34 Опорный прыжок через козла - ноги врозь, согнув ноги, прыжок под углом к снаряду.	2	
		№35 Развитие физических качеств в процессе занятий гимнастическими упражнениями.	2	
		№36 Выполнение зачетных упражнений и испытаний по разделу «Гимнастика».	2	
Раздел 7	Легкая атлетика			
Тема 7.1.	Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с места.		0/8	

	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Специальные прыжковые упражнения. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»: разбег, отталкивание, полет, приземление. Биохимические основы прыжков. Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с места: подготовка к отталкиванию, отталкивание, полет, приземление. Тройной прыжок с места: первое отталкивание с двух ног, полет в первом шаге, второе отталкивание, полет во втором шаге, третье отталкивание, полет, приземление.		
	Практические занятия	№37 Совершенствование техники прыжков в длину. Индивидуальный подбор разбега с 13-15 метров.	1	
		№38 Сочетание разбега с отталкиванием, полёт и приземление.	3	
		№39 Прыжки в длину с места. Тройной прыжок с места. Подвижные игры с элементами прыжков в длину.	2	
		№40 Выполнение контрольных нормативов в прыжках в длину с разбега и с места.	1	
	<b>Зачет</b>		<b>1</b>	
	<b>3 (5) семестр</b>		<b>0/26</b>	
<b>Раздел 8</b>	<b>Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 8.1.</b>	<b>Бег на средние и длинные дистанции.</b>		<b>0/4</b>	
	Содержание учебного материала			
	<b>1</b>	Специальные беговые упражнения. Техника бега на средние и длинные дистанции: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Выполнение контрольных нормативов на 800м и 1500м. Длинные дистанции 2000м и 3000м.		2
	Практические занятия	№41 Совершенствование техники высокого старта и стартовый разгон 15-20м.	2	
		№42 Активный бег до выхода на общую дорожку 100м.	1	
		№43 Выполнение контрольных нормативов в беге на длинные дистанции 2000м, 3000м.	1	
<b>Тема 8.2.</b>	<b>Прыжки в высоту с разбега.</b>		<b>0/8</b>	
	Содержание учебного материала			
	<b>1</b>	Специально-имитационные упражнения. Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»: разбег, отталкивание, переход через планку и уход от неё.		2

	Практические занятия	№44Совершенствовать технику прыжков в высоту. Упрощенная техника прыжка в высоту способом «перешагивание» с 3-5 шагов разбега.	2	
		№45Отталкивание с места и разбега, маховые движения при отталкивании.	2	
		№46Переход планки и уход от нее. Подвижные игры с элементами прыжков в высоту.	3	
		№47Выполнение контрольных нормативов в прыжках в высоту с разбега.	1	
Раздел 9	Спортивные игры			
Тема 9.1.	Футбол		0/13	
	Содержание учебного материала			
	1	Техника передвижений, остановок, поворотов. Остановки мяча. Техника ведения мяча. Удары по мячу. Техника защитных действий. Техника перемещений и владения мячом. Тактика игры. Контрольные нормативы по технике футбола.		2
	Практические занятия	№48Совершенствовать технику элементов футбола. Остановки катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы, грудью.	2	
		№49Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы, со зрительным контролем и без него.	2	
		№50Удары по неподвижному, катящемуся, летящему мячу серединой подъема, внутренней и внешней стороной стопы, удары носком и головой.	2	
		№51Отбор мяча подкатом, толчком плеча в плечо.	1	
		№52Обманные движения (финты). Финт уходом, ударом, остановкой.	1	
		№53Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Зонная защита.	2	
		№54Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	2	
		№55Выполнение контрольных нормативов по технике футбола.	1	
	Зачет		1	
	4 (6) семестр		0/32	

<b>Раздел 10</b>		<b>Лыжная подготовка</b>			
<b>Тема 10.1</b>		<b>Техника лыжных ходов, тактическая подготовка лыжника.</b>		<b>0/8</b>	
		Содержание учебного материала			
	<b>1</b>	Классические лыжные ходы, коньковые ходы. Переход с одновременных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий на лыжах. Элементы тактики лыжных ходов. Развитие физических качеств. Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.			2
		Практические занятия	№56Переход с одновременных ходов на попеременные – прямой переход, переход с прокатом.	2	
			№57Перешагивание небольших препятствий прямо и в сторону, перепрыгивание в сторону.	2	
			№58Преодоление крутых склонов и подъемов различной крутизны и протяженности.	2	
			№59Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.	2	
<b>Раздел 11</b>		<b>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.</b>			
<b>Тема 11.1</b>		<b>Физические способности человека и их развитие.</b>		<b>0/2</b>	
		Содержание учебного материала			
	<b>1</b>	Взаимосвязь и взаимозависимость между физическими качествами при их комплексном развитии. Возможная степень развития каждого из них. Методические принципы, средства и методы развития быстроты, силы, гибкости, ловкости и выносливости. Возможности и условия акцентированного развития отдельных физических качеств. Физические качества как основа формирования двигательных навыков. Основы методики обучения двигательным умениям и навыкам.			2
		Практические занятия	№60Анализ принципов, методов и средств развития физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости.	1	2
			№61Анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки.	1	
<b>Раздел 12</b>		<b>Атлетическая гимнастика</b>			
<b>Тема 12.1</b>		<b>Атлетическая гимнастика</b>		<b>0/4</b>	
		Содержание учебного материала			

	1	Комплекс упражнений с гантелями. Физические упражнения локального воздействия: – внешнее сопротивление, создаваемое за счет веса предметов (гантели, штанга, гири – 16 кг); – противодействие партнера; сопротивление упругих предметов (резина, пружинные эспандеры); – упражнения с отягощением, равным весу собственного тела (подтягивание на перекладине, отжимание от пола и в упоре на брусьях). Упражнения на тренажерах		
	Практические занятия	№62 Физические упражнения локального воздействия: – внешнее сопротивление, создаваемое за счет веса предметов (гантели, штанга, гири – 16 кг);	2	
		№63 Физические упражнения локального воздействия: - сопротивление упругих предметов (резина, пружинные эспандеры);	2	
<b>Раздел 13</b>	<b>Спортивные игры</b>			
<b>Тема 13.1</b>	<b>Ручной мяч</b>		<b>0/8</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Передачи и ловля мяча. Ведение мяча. Броски мяча по воротам с места и в движении. Блокирование. Выбивание и отбор мяча. Техника перемещений и владения мячом. Тактические действия в защите и нападении. Контрольные нормативы по технике гандбола.		
	Практические занятия	№64 Совершенствовать технику элементов ручного мяча. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с отскоком от площадки.	1	
		№65 Ведение мяча с низким отскоком от площадки.	1	
		№66 Бросок мяча с места, из опорного положения с сопротивлением защитника. Бросок мяча в прыжке.	1	
		№67 Блокирование одиночное и групповое.	1	
		№68 Выбивание при ведении мяча, отбор при броске мяча.	1	
		№69 Сочетание игровых действий: ловля мяча - передача, ведение – бросок в ворота.	1	
		№80 Индивидуальные тактические действия, зонная защита.	1	
		№81 Выполнение контрольных нормативов по технике	1	

		гандбола.		
<b>Раздел 14</b>	<b>Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 14.1</b>	<b>Метание гранаты</b>		<b>0/10</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Специально- имитационные и подготовительные упражнения. Техника метания гранаты: предварительный разбег, заключительный; отведение гранаты, «обгон снаряда», бросок и торможение. Выполнение контрольных нормативов в метании гранаты на дальность и в цель.		2
	Практические занятия	№82Совершенствовать технику метания гранаты. Держание гранаты и бросок с места.	2	
		№83Техника бросковых шагов и приход в исходное положение для броска.	2	
		№84Техника отведения гранаты (на месте, в ходьбе, легком беге).	2	
		№85Финальное усилие и бросок с места и с шагом левой ноги.	1	
		№86Метание гранаты с разбега.	1	
		№87Выполнение контрольных нормативов в метании гранаты.	1	
	<b>Зачет</b>		<b>1</b>	
	<b>5 (7) семестр</b>		<b>0/22</b>	
<b>Раздел 15</b>	<b>Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 15.1</b>	<b>Толкание ядра</b>		<b>0/6</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Специально-имитационные и подготовительные упражнения. Техника толкания ядра: Держание снаряда; подготовительная фаза к разбегу (скачку, повороту); разбег скачком (поворотом); финальное усилие; фаза торможения или удержания равновесия. Контрольные нормативы по технике толкания ядра.		2
	Практические занятия	№88Обучение и дальнейшее совершенствование техники толкания ядра. Исходное положение перед толканием и держание ядра.	1	
		№89Подготовительная фаза к разбегу.Разбег скачком (поворотом).	1	
		№90Финальное усилие. Фаза торможения и ли удержание	2	



		равновесия.		
		№91Толкание с места, толкание с шага, с прыжка, толкание со скачка из положения боком, толкание со скачка из положения стоя спиной, толкание ядра с поворота.	1	
		№92Выполнение контрольных нормативов по технике толкания ядра- девушки. Юноши – результат.	1	
<b>Раздел 16</b>	<b>Спортивные игры</b>			
<b>Тема 16.1</b>	<b>Волейбол.</b>		<b>0/12</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками сверху. Прием мяча двумя руками снизу. Нижняя прямая подача и прием мяча. Верхняя прямая подача и прием мяча. Прямой нападающий удар. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Индивидуальное и групповое блокирование. Выполнение контрольных нормативов по технике волейбола.		2
	Практические занятия	№93Совершенствовать технику элементов волейбола. Стойка и передвижение игрока.	2	
		№94Передача мяча двумя руками сверху.	1	
		№95Прием мяча двумя руками снизу.	1	
		№96Нижняя прямая подача и прием мяча.	1	
		№97Верхняя прямая подача и прием мяча.	1	
		№98Техника прямого нападающего удара.	1	
		№99Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	2	
		№100Индивидуальное и групповое блокирование мяча	1	
		№101Развитие скоростно-силовых качеств и координационных способностей.	1	
		№102Выполнение контрольных нормативов по технике волейбола.	1	
<b>Раздел 17</b>	<b>Атлетическая гимнастика</b>			
<b>Тема 17.1</b>	<b>Атлетические упражнения</b>		<b>0/2</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Комплекс упражнений с гантелями. Физические упражнения локального воздействия: – внешнее сопротивление, создаваемое за счет веса предметов (гантели,		2

		штанга, гири – 16 кг);– противодействие партнера; сопротивление упругих предметов (резина, пружинные эспандеры); – упражнения с отягощением, равным весу собственного тела (подтягивание на перекладине, отжимание от пола и в упоре на брусьях). Упражнения на тренажерах.		
	Практические занятия	№103Физические упражнения локального воздействия: - противодействие партнера;	2	
		<b>Зачет</b>	<b>2</b>	
		<b>6 (8) семестр</b>	<b>0/16</b>	
<b>Раздел 18</b>	<b>Лыжная подготовка</b>			
<b>Тема 18.1</b>	<b>Техника лыжных ходов, тактическая подготовка лыжника.</b>		<b>0/5</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Классические лыжные ходы, коньковые ходы. Переход с одновременных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий на лыжах. Элементы тактики лыжных ходов. Развитие физических качеств. Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.		2
	Практические занятия	№104Переход с одновременных ходов на попеременные – прямой переход, переход с прокатом.	2	
		№105Распределение сил на дистанции, тактика прохождения спринтерской дистанции, финиширование.	1	
		№106Развитие скоростно - силовых качеств, координационных способностей, выносливости, быстроты.	1	
		№107Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.	1	
<b>Раздел 19</b>	<b>Атлетическая гимнастика</b>		<b>0/2</b>	
<b>Тема 19.1.</b>	<b>Атлетические упражнения</b>			
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Комплекс упражнений с гантелями. Физические упражнения локального воздействия: – внешнее сопротивление, создаваемое за счет веса предметов (гантели, штанга, гири – 16 кг);– противодействие партнера; сопротивление упругих предметов (резина, пружинные эспандеры); – упражнения с отягощением, равным весу собственного тела (подтягивание на перекладине, отжимание от пола и в упоре на брусьях). Упражнения на		2

		тренажерах.		
	Практические занятия	№108Упражнения на тренажерах.	2	
<b>Раздел 20</b>	<b>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.</b>			
<b>Тема 20.1</b>	<b>Основы спортивной тренировки</b>		<b>0/4</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Учебно-тренировочные занятия, их направленность и структура. Цели, задачи, средства, методы и принципы спортивной тренировки. Контроль за эффективностью тренировочного процесса. Основные стороны подготовки спортсмена. Построение спортивной тренировки. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Восстановительные средства после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной деятельности. Составление индивидуальных программ физического самовоспитания.		2
	Практические занятия	№109Разработать план восстановления после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной деятельности.	2	
		№110Разработка индивидуальной оздоровительной программы двигательной активности с учетом профессиональной направленности.	2	
<b>Раздел 21</b>	<b>Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 21.1</b>	<b>Бег на средние и длинные дистанции.</b>		<b>0/4</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>1</b>	Специальные беговые упражнения. Техника бега на средние и длинные дистанции: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Выполнение контрольных нормативов на 800м и 1500м. Длинные дистанции 2000м и 3000м.		2
	Практические занятия	№111Совершенствование техники высокого старта и стартового разгона15-20м.	1	
		№112Бег по дистанции, по виражу, финиширование.	1	
		№113Выполнение контрольных нормативов в беге на средние дистанции 800м, 1500м.	1	
		№114Выполнение контрольных нормативов в беге на длинные дистанции 2000м, 3000м.	1	
	<b>Зачет</b>		<b>1</b>	
	<b>Всего172ч =(0теор./172пр.)</b>			

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

- 3.1.1 зала Спортивный зал, открытая спортивная площадка широкого профиля, тренажерный зал общефизической подготовки, Баскетбольная площадка, Волейбольная площадка, лыжная база, библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.
- 

#### iii. Оборудование спортивного зала

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	<b>Спортивный зал (корпус 1)</b>	
<b>I.</b>	<b>Оборудование</b>	
1.	Рабочее место преподавателя	1
2.	Демонстрационная доска	1
3.	Скамейки гимнастические	3
4.	Маты гимнастические	10
5.	Брусья гимнастические разновысокие	1
6.	Козел гимнастический	1
7.	Мостик гимнастический	1
8.	Бревно гимнастическое	1
9.	Стойки для прыжков в высоту	1
10.	Щиты баскетбольные	2
11.	Сетка волейбольная	1
12.	Мячи баскетбольные	15
13.	Мячи волейбольные	8
14.	Мячи футбольные	3
15.	Конусы	20
16.	Скакалки	20
17.	Палки гимнастические	10
18.	Канат для лазания	1
19.	Винтовки пневматические	2
20.	Секундомеры	2
21.	Обручи гимнастические	15
<b>II.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	

1.	Компьютер	1
2.	Принтер	1
3.	Музыкальный центр	1
<b>III.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1.	Видеофильмы: - лыжный спорт – методика обучения технике; - баскетбол – методика обучения технике игры; - легкая атлетика; - волейбол	1 1 1 1
2.	Презентации по всем разделам курса: - легкая атлетика; - баскетбол; - волейбол; - футбол; -плавание; -лыжный спорт; -гимнастика; - йога; -фитнес и др.	Д
3.	Аудиозаписи: - музыкальные диски; - кассеты; - флешки и жесткие диски	К
<b>IV.</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1.	Материалы по теоретической части дисциплины: - конспекты лекций; - конспекты-опоры; - учебники и пособия; - дидактический раздаточный материал	Д
2.	Комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для входного контроля; - материалы для текущего контроля; - материалы для промежуточной аттестации; - материалы для итоговой аттестации	К

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Спортивный зал (корпус 2)	
<b>I.</b>	<b>Оборудование</b>	

<b>1.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мяч баскетбольный;</li> <li>- мяч волейбольный;</li> <li>- мяч футбольный;</li> <li>- скакалка;</li> <li>- гимнастическая скамейка;</li> <li>- шведская стенка;</li> <li>- сетка волейбольная;</li> <li>- гимнастическая палка;</li> <li>- секундомер;</li> <li>- стол для настольного тенниса;</li> <li>- ракетка для настольного тенниса;</li> <li>- мяч для настольного тенниса</li> </ul>	30 экземпляров
<b>II.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
1	Музыкальный центр	1
<b>III.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1.	Презентации по всем разделам курса: <ul style="list-style-type: none"> <li>- легкая атлетика;</li> <li>- гимнастика;</li> <li>- спортивные игры;</li> <li>- лыжная подготовка</li> </ul>	Д
3.	Аудиозаписи и фонохрестоматии	К
<b>IV.</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1.	Материалы по теоретической части дисциплины: <ul style="list-style-type: none"> <li>- конспекты лекций по всем темам курса</li> </ul>	Д
2.	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: <ul style="list-style-type: none"> <li>- учебно-практические материалы</li> </ul>	15 экз.
3.	Материалы по организации самостоятельной работы	Д
4.	Комплекты контрольно-оценочных средств: <ul style="list-style-type: none"> <li>- материалы для текущего контроля;</li> <li>- материалы для промежуточной аттестации</li> </ul>	30 экземпляров

	<b>Лыжная база</b>	<b>Примечание</b>
1	Лыжи пластиковые	20
2	Лыжи деревянные	30
3	Ботинки лыжные	40
4	Палки лыжные	25
5	Тир	1
<b>II.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1	Видеофильмы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- лыжный спорт – методика обучения технике</li> <li>- классификация лыжных ходов</li> <li>- серия фильмов о великих лыжниках и биатлонистах</li> </ul>	Д
2	Слайды (диапозитивы) по разделам курса:	

	- лыжный спорт и туризм; - техника безопасности при занятиях лыжным спортом - история лыжного спорта	Д
<b>IV</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1	Материалы по теоретической части дисциплины - конспекты лекций; - конспекты – опоры; - учебники и пособия; - дидактический раздаточный материал	Д Д К К
4	Комплекты контрольно-оценочных средств - материалы для входного контроля; - материалы для текущего контроля;	К К

	<b>Открытая спортивная площадка широкого профиля</b>	<b>Примечание</b>
1.	Переключатели длиной 2 метра	3
2.	Брусья параллельные длиной по 3 метра	
3.	Рукоход длиной 8,5 метров	
4.	Баскетбольная заасфальтированная площадка с баскетбольными щитами	
5.	Волейбольная песочная площадка со стойками для сетки	
6.	Прыжковая яма	

#### **Условные обозначения**

**Д** – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К** – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

**П** – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

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

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

##### **Основные источники:**

1. Бишаева А.А. Физическая культура: Учебник для СПО. – Москва: Академия, 2017.
2. Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: Учебник. – Москва: Академия, 2016, 2017.
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, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование).

4. Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебник. / Под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016
5. Конеева, Е.В. Физическая культура: учебное пособие/ Е.В. Конеева. – Москва: Юрайт, 2020 – 599с.
6. Лях, В. И. Физическая культура 10—11кл. учеб. Для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. — Москва: Просвещение - 4-е изд, 2017. – 255с.
7. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 246 с. — (Профессиональное образование).
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебник. / Под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016.
9. Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Высшее образование).
10. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Юрайт, 2020. — 424 с. — (Профессиональное образование).

#### **Дополнительные источники:**

1. Вайнер, Э. Н. Валеология: Учебный практикум / Е. В. Волынская. – М.: Флинта: Наука, 2002.
2. Дмитриев, А. А. Физическая культура в специальном образовании :учеб.пособие для дефектол. фак. высш. пед. учеб. заведений / А. А. Дмитриев. – М.:Academia, 2005. – 176 с.
3. Методические рекомендации «Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения»/Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М.: Триада-фарм, 2005.
4. Туревский, И. М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры Текст. : учебное пособие /И.М.Туревский. М.: Академия, 2005.-320 с.

#### **Интернет – ресурсы:**

1. Аллянов Ю.Н. Письменский И.А. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник. – М.: Юрайт, 2016. (ЭБС).
2. Муллер А.Б. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник и практикум. – М.: Юрайт, 2016. (ЭБС).



3. [www.lib.sportedu.ru](http://www.lib.sportedu.ru)
4. [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru)
5. [www.infosport.ru](http://www.infosport.ru)
6. [www.fesmag.ru](http://www.fesmag.ru) журнал «Физкультура и спорт»
7. Валеология- здоровый образ жизни[Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.fiziolive.ru/>, свободный. - Загл. с экрана
8. Портал здорового образа жизни Breath.ru - Образование, культура, здоровье [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.breath.ru/v.asp?articleid=65>, свободный. – Загл. с экрана
9. Физкультура и спорт[Электронный ресурс].- Режим доступа:<http://www.bibliotekar.ru/>, свободный. - Загл. с экрана

### **3.3. Организация образовательного процесса**

#### **Требования к условиям проведения занятий**

Реализация учебной дисциплины осуществляется:

параллельно с освоением общепрофессиональных дисциплин и модулей:

ОП. 01 Педагогика, ОП.02 Психология, ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена, ОП.05 специальная психология и педагогика, ОП.07 Основы финансовой грамотности в профессиональной деятельности, ОП.09 основы логопедии с практикумом, ПМ.01 Преподавание по образовательным программам начального общего образования в начальных классах и начальных классах компенсирующего и коррекционно-развивающего образования, ПМ 02 Организация внеурочной деятельности обучающихся начальных классов и начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего образования, ПМ 03 Классное руководство.

Реализация учебной дисциплины осуществляется на 1, 2, 3 курсах, в 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестрах, для обучающихся, имеющих уровень образования - среднее общее образование. Для обучающихся, имеющих основное общее образование реализация дисциплины осуществляется на 2, 3, 4 курсах, в 3, 4, 6, 7, 8 семестрах.

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализован с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДТО, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным работам, организация возможности самотестирования и др.);
- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;
- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;
- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;
- результативной организации самостоятельной работы обучающегося с оценкой каждого вида деятельности обучающегося;
- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: [do.kpk.kss45.ru](http://do.kpk.kss45.ru).
- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>
- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.
- TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.
- Сферум.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

В ходе освоения учебных дисциплин активно используются образовательные ресурсы Интернета (материалы образовательных порталов, персональных сайтов педагогов, социальных сетей, профессиональных педагогических сообществ). Стимулируется участие студентов в дистанционных образовательных курсах по педагогической тематике («Интуит», НОППО и др.), допускается зачёт пройденных курсов по определённым разделам программы (при представлении студентом документов, подтверждающих прохождение курса).

### **3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Реализация программы дисциплины обеспечивается педагогическими работниками колледжа, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 05 Физическая культура и спорт, имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3-х лет.

Квалификация педагогических работников колледжа должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) в профессиональном стандарте «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2015 г. № 608н.

Педагогические работники, привлекаемые к реализации программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Результаты обучения</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся <b>должен уметь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять задачи для поиска информации; планировать процесс поиска;</li> <li>– структурировать получаемую информацию;</li> <li>– выделять наиболее значимое в перечне информации;</li> <li>– оценивать практическую значимость результатов поиска;</li> <li>– оформлять результаты поиска;</li> <li>– применять современную научную</li> </ul>	<p><b>Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задач по развитию физических качеств:</b></p> <p><b>* Критерии оценки физической подготовки студентов приведены в таблицах. (Приложение 1)</b></p> <p>«5» - полно освещён вопрос, относящийся к теме, методически последовательно сконструирован комплекс упражнений, даны методически указания к выполнению упражнений.</p> <p>«4» - общая структура выполнения задания свидетельствует о правильном понимании вопроса, содержит достаточно подробное описание предмета вопроса, отсутствуют</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Методы оценки результатов:</b></li> <li>– накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка; традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка; тестирование в контрольных точках.</li> <li>– <b>Лёгкая атлетика.</b></li> <li>– Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физических качеств средствами лёгкой атлетики.</li> <li>– <b>Спортивные игры.</b></li> </ul>

<p>профессиональную терминологию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять и выстраивать траектории самообразования;</li> <li>– грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке,</li> <li>– описывать социальную значимость своей будущей профессии;</li> <li>– организовывать работу коллектива и команды;</li> <li>– взаимодействовать с коллегами, руководством, в ходе профессиональной деятельности;</li> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>– применять рациональные приемы двигательных функций профессиональной деятельности; в</li> <li>– пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения.</li> </ul>	<p>ошибочные положения, отсутствуют необходимые методические указания, и (или) даны отдельные нечеткие формулировки.</p> <p>«3» - общая структура выполнения задания свидетельствует о понимании вопроса лишь в основном, в целом, и (или) содержит неполное или неточное описание предмета вопроса, а также отдельных основных понятий, относящихся к предмету вопроса, и (или) содержит отдельные ошибочные положения, которые не оказывают определяющего влияния на количество нечетких формулировок.</p> <p>«2» - результат выполнения задания не соответствует вопросу, является неправильным в целом и (или) содержит, в основном, ошибочные положения, не раскрыты основные понятия, относящиеся к предмету вопроса</p> <p><b>Проверка знаний правил игры по спортивным играм.</b></p> <p>«5» - студент демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.</p> <p>«4» - содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.</p> <p>«3» - отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.</p> <p>«2» - незнание материала программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Оценка техники базовых элементов техники спортивных игр (броски в кольцо, подачи, передачи).</li> <li>– Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм.</li> <li>– Оценка выполнения студентом функций судьи. Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия (по заданию преподавателя) с решением задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр.</li> <li>– <b>Кроссовая подготовка.</b></li> <li>– Оценка техники бега на дистанции 3 км без учёта времени.</li> <li>– Тесты по ППФП.</li> <li>– Оценка уровня развития выносливости и силовых способностей по приросту к исходным показателям.</li> <li>– Оценка уровня развития физических качеств обучающихся (по приросту к исходным показателям), для этого проводится тестирование:</li> <li>– на входе - начало учебного года, семестра;</li> <li>– на выходе - в конце учебного года, семестра, изучения темы программы.</li> <li>– Проводится оценка</li> </ul>
---	--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>должен иметь знания</b></li> <li>– актуального профессионального и социального контекстов, в котором приходится работать и жить;</li> <li>– основных источников информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>– алгоритма выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>– методов работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>– структуры плана для решения задач;</li> <li>– порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</li> <li>– номенклатуры информационных источников применяемых в профессиональной деятельности;</li> <li>– приемов структурирования информации;</li> <li>– формата оформления результатов поиска информации;</li> <li>– - содержания актуальной нормативно-правовой документации;</li> <li>– современной научной и профессиональной терминологии;</li> <li>– возможные траектории профессионального</li> </ul>		<p>уровня развития выносливости и силовых способностей по приросту к исходным показателям.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Гимнастика.</b></li> <li>– Оценка техники выполнения двигательных действий проводится в ходе занятий.</li> <li>– Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением задачи по развитию физического качества средствами гимнастики.</li> <li>– <b>Формы оценки:</b> практические задания по работе с информацией;</li> <li>– домашние задания проблемного характера;</li> <li>– ведение дневника самонаблюдения.</li> <li>– Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</li> </ul>
--	--	--

<p>развития и самообразования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологических основ деятельности коллектива;</li> <li>– психологических особенностей личности;</li> <li>– правил оформления документов и построения устных сообщений;</li> <li>– роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни;</li> <li>– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно- развивающего обучения; средства профилактики перенапряжения;</li> <li>– современных средств и устройств информатизации;</li> <li>– порядок их применения и программное обеспечение</li> <li>– в профессиональной деятельности</li> </ul>		
--	--	--