

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ДДВ.01 Практикум по физической культуре
(Введение в специальность)**

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.01 Физическая культура

Курган, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального стандарта среднего общего образования, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. N 413 (с изменениями и дополнениями), в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544Н (с изм. от 25.12.2014)), с учетом рабочей программы воспитания и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968 (с изменениями от 03.07.2024 г. № 464) по специальности

49.02.01

код

Физическая культура

наименование специальности

Разработчики:

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Катайцев Г.А.	высшая	преподаватель физической культуры
2	Шендрикова Д.П.		преподаватель физической культуры

Рассмотрено на заседании МО МК по физической культуре

	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Байбатыров А.Ж.	28.08.2025г.	1

Согласовано на заседании научно-методического совета

Дата заседания НМС	№ протокола
29.08.2025г.	1

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ДДВ.01 Практикум по физической культуре (Введение в специальность)

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по
специальности

49.02.01

Физическая культура

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППСЗ

-

в вариативную часть циклов ППСЗ,
предлагаемы ОО

Общеобразовательный цикл

Программа учитывает требования работодателей по реализации практико-ориентированного (дуального) обучения. В программу включена вводная практика

Учебная дисциплина связана с дисциплинами БД.10 Физическая культура общеобразовательного цикла, СГ.04 Физическая культура социально-гуманитарного цикла и ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности, ОП 17. Практикум по физическому совершенствованию в избранном виде спорта общепрофессионального цикла.

Дополнительная дисциплина ДД.03 Практикум по физической культуре направлена на углубление подготовки, получение дополнительных знаний и формирование дополнительных умений.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цели: обеспечить освоение технологий профессиональной деятельности педагога физической культуры и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки, основы спортивной техники волейбола и баскетбола; формировать интерес и мотивацию к избранной профессии.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	в части трудового воспитания: готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы; готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни; в части эстетического воспитания: эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений; способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства; убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества; готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности; познавательные универсальные учебные действия Базовые логические действия: самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне; устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов; вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.	1) уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	Познавательные универсальные учебные действия Работа с информацией: владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления; создавать тексты в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации; оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам; использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.	2) владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу	Регулятивные универсальные учебные действия Самоорганизация: самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; давать оценку новым ситуациям; расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; оценивать приобретённый опыт; способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний; постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень; Самоконтроль, принятие себя и других: давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям; владеть навыками познавательной рефлексии как осознанием совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований; использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения; оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению; принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности; принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства; принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности; признавать своё право и право других на ошибку; развивать способность понимать мир с позиции другого человека.	3) владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Коммуникативные универсальные учебные действия Общение: осуществлять коммуникации во всех сферах жизни; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты; владеть различными способами общения и взаимодействия; аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации; развёрнуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств. Регулятивные универсальные учебные действия Совместная деятельность: понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов, и возможностей каждого члена коллектива; принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы; оценивать качество вклада своего и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям; предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости; осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; проявлять творчество и воображение, быть инициативным	
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты	в части гражданского воспитания: сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества; осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;	

антикоррупционного поведения	в части патриотического воспитания: сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России; ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде; идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; в части духовно-нравственного воспитания: осознание духовных ценностей российского народа; сформированность нравственного сознания, этического поведения; способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности; осознание личного вклада в построение устойчивого будущего; ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	7) экологического воспитания: сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем; планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества, активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их; расширение опыта деятельности экологической направленности;	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	в части физического воспитания: сформировать здоровый и безопасный образ жизни, ответственно относиться к своему здоровью; потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;	4) владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности 5) владеть техническими приемами и двигательными

		действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; б) иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
--	--	--

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися **результатов программы воспитания:**

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне среднего общего образования

Целевые ориентиры
Гражданское воспитание
Осознанно выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе. Сознающий свое единство с народом России как источником власти и субъектом тысячелетней российской государственности, с Российским государством, ответственность за его развитие в настоящем и будущем на основе исторического просвещения, сформированного российского национального исторического сознания. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду. Ориентированный на активное гражданское участие на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан. Осознанно и деятельно выражающий неприятие любой дискриминации по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в ученическом самоуправлении, волонтерском движении, экологических, военно-патриотических и других объединениях, акциях, программах).
Патриотическое воспитание
Выражающий свою национальную, этническую принадлежность, приверженность к родной культуре, любовь к своему народу. Сознающий причастность к многонациональному народу Российской Федерации, Российскому Отечеству, российскую культурную идентичность. Проявляющий деятельное ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, традициям, праздникам, памятникам народов, проживающих в родной стране — России. Проявляющий уважение к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающий их права, защиту их интересов в сохранении российской культурной идентичности.
Духовно-нравственное воспитание

Проявляющий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учетом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с осознанием последствий поступков, деятельно выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих этим ценностям. Проявляющий уважение к жизни и достоинству каждого человека, свободе мировоззренческого выбора и самоопределения, к представителям различных этнических групп, религий народов России, их национальному достоинству и религиозным чувствам с учетом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного, межнационального согласия людей, народов в России, способный вести диалог с людьми разных национальностей, религиозной принадлежности, находить общие цели и сотрудничать для их достижения. Ориентированный на создание устойчивой семьи на основе российских традиционных семейных ценностей; понимании брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания в семье детей; неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности. Обладающий сформированными представлениями о ценности и значении в отечественной и мировой культуре языков и литературы народов России, демонстрирующий устойчивый интерес к чтению как средству познания отечественной и мировой духовной культуры.
Эстетическое воспитание
Выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, российского и мирового художественного наследия. Проявляющий восприимчивость к разным видам искусства, понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на поведение людей, умеющий критически оценивать это влияние. Проявляющий понимание художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве. Ориентированный на осознанное творческое самовыражение, реализацию творческих способностей в разных видах искусства с учетом российских традиционных духовных и нравственных ценностей, на эстетическое обустройство собственного быта.
Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
Понимающий и выражающий в практической деятельности ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей. Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде. Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ жизни. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья. Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим эмоциональным состоянием, развивающий способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в разных коллективах, к меняющимся условиям (социальным, информационным, природным).
Трудовое воспитание
Уважающий труд, результаты труда, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны, трудовые достижения российского народа. Проявляющий способность к творческому созидательному социально значимому труду в доступных по возрасту социально-трудовых ролях, в том числе предпринимательской деятельности в условиях самозанятости или наемного труда. Участвующий в социально значимой трудовой деятельности разного вида в семье, общеобразовательной организации, своей местности, в том числе оплачиваемом труде в каникулярные периоды, с учетом соблюдения законодательства. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни как условию успешной профессиональной и

общественной деятельности. Понимающий специфику трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, самообразования и профессиональной самоподготовки в информационном высокотехнологическом обществе, готовый учиться и трудиться в современном обществе. Ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной трудовой деятельности в российском обществе с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, общества.
Экологическое воспитание
Демонстрирующий в поведении сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, ответственность за действия в природной среде. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе. Применяющий знания естественных и социальных наук для разумного, бережливого природопользования в быту, общественном пространстве. Имеющий и развивающий опыт экологически направленной, природоохранной, ресурсосберегающей деятельности, участвующий в его приобретении другими людьми.
Ценности научного познания
Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учетом своих интересов, способностей, достижений. Обладающий представлением о современной научной картине мира, достижениях науки и техники, аргументированно выражающий понимание значения науки в жизни российского общества, обеспечении его безопасности, гуманитарном, социально-экономическом развитии России. Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверной научной информации и критики антинаучных представлений. Развивающий и применяющий навыки наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в естественно-научной и гуманитарной областях познания, исследовательской деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

	Вид учебной работы	Объем часов
	Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
	Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	70
	в том числе:	
	теоретическое обучение	14
	в т. ч. через дуальное обучение	10
	практические занятия	56
	в т. ч. через дуальное обучение	2
	Промежуточная аттестация в 2 семестре форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
ДДВ.01 Введение в специальность (Практикум по физической культуре)

наименование дисциплины

Наименование разделов и тем.	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем часов Теория/практика	Формируемые компетенции
1	2		3	
БЛОК	ВОЛЕЙБОЛ			
	ЮНОШИ			
	1 семестр		34 ч (8/26)	
Раздел 1	Обучение технике и методике двигательных действий в волейболе		2/24	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
Тема 1.1 Стойка волейболиста, передвижения, остановки, повороты	Содержание учебного материала		2/6	
	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Контроль и самоконтроль на занятиях по волейболу. Правила игры. Классификация техники нападения и защиты. Подготовка к игре. Проведение разминки.		2	
	Практические занятия	Обучение технике перемещений в стойке волейболиста. Основная стойка. Подводящие упражнения (в парах, с мячом). Перемещения в стойке, приставные шаги в игре в волейбол.	2	
		Демонстрация взаимодействия навыков и последовательности обучения основной стойке волейболиста.	2	
		Совершенствование передвижения: шагом, приставным шагом, бегом, скачком, прыжком, падением.	2	
Тема 1.2 Передачи мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/6	
	Практические занятия	Подвижные игры с элементами волейбола. Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости.	1	
		Освоение навыков: передача в прыжке: над собой, со стеной и с партнером.	1	
		Освоение навыков: передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений.	1	
		Упражнения для развития быстроты движений и прыгучести	1	
		Анализ основных ошибок техники передач мяча сверху и снизу	2	
Тема 1.3 Верхняя и нижняя прямая подача мяча	Практические занятия		0/10	
	Практические занятия	Совершенствование техники выполнения подачи мяча в упрощенных условиях.	2	
		Имитация изучаемого способа (выполнение на три счета: 1 – замах, 2 –	2	

		подбрасывание, 3 – удар по мячу.) Совершенствование техники выполнения верхней подачи мяча.		
		Обучение техники выполнения верхней планирующей подачи.	2	
		Обучение техники выполнения верхней силовой подачи.	2	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости.	2	
Тема 1.4 Прием мяча, подачи	Практические занятия		0/2	
	Практические занятия	Совершенствование техники приема мяча: двумя руками снизу, одной рукой снизу в падении.	1	
		Овладение приемом мяча с подачи и нападающего удара.	1	
Раздел 2.	Вводная практика		6/1	
Тема 2.1. Знакомство с СОШ	Содержание учебного материала			ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
	1. Экскурсия в среднюю образовательную школу (СОШ). Обзор спортивной площадки, физкультурного зала на предмет оснащения техническими средствами, инвентарем и оборудованием. Ознакомительная беседа с учителями физической культуры по организации физкультурно-спортивной деятельности, ведению школьной документации. Анализ нормативно-правовой документации (должностной инструкции учителя физической культуры, рабочих программ, журнала, методических разработок и прочих документов, регламентирующих работу учителя)		2	
	2. Просмотр урока по физической культуре в основной школе		4	
	Практические занятия	Анализ урока по физической культуре в основной школе	1	
	Практические занятия	Дифференцированный зачет	0/1	
	ДЕВУШКИ			
	2 семестр		36 ч (6/30)	
Раздел 1	Обучение технике и методике двигательных действий в волейболе		2/28	
Тема 1.1 Стойка волейболиста, передвижения, остановки, повороты	Содержание учебного материала		2/6	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Контроль и самоконтроль на занятиях по волейболу. Правила игры. Классификация техники нападения и защиты. Подготовка к игре. Проведение разминки.		2	
	Практические занятия	Обучение технике перемещений в стойке волейболиста. Основная стойка. Подводящие упражнения (в парах, с мячом). Перемещения в стойке, приставные шаги в игре в волейбол.	2	
		Демонстрация взаимодействия навыков и последовательности обучения основной стойке волейболиста.	2	

		Совершенствование передвижения: шагом, приставным шагом, бегом, скачком, прыжком, падением.	2	
Тема 1.2 Передачи мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/8	
	Практические занятия	Подвижные игры с элементами волейбола. Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости.	1	
		Освоение навыков: передача в прыжке: над собой, со стеной и с партнером.	1	
		Освоение навыков: передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений.	2	
		Упражнения для развития быстроты движений и прыгучести	2	
		Анализ основных ошибок техники передач мяча сверху и снизу	2	
Тема 1.3 Верхняя и нижняя прямая подача мяча	Практические занятия		0/10	
	Практические занятия	Совершенствование техники выполнение подачи мяча в упрощенных условиях.	2	
		Имитация изучаемого способа (выполнение на три счета: 1 – замах, 2 – подбрасывание, 3 – удар по мячу.) Совершенствование техники выполнения верхней подачи мяча.	2	
		Обучение техники выполнения верхней планирующей подачи.	2	
		Обучение техники выполнения верхней силовой подачи.	2	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости.	2	
Тема 1.4 Прием мяча, подачи	Практические занятия		0/4	
	Практические занятия	Совершенствование техники приема мяча: двумя руками снизу, одной рукой снизу в падении.	2	
		Овладение приемом мяча с подачи и нападающего удара.	2	
Раздел 2.	Вводная практика: знакомство со организациями работодателей		4/1	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
Тема 2.2. Знакомство с ДЮСШ	Содержание учебного материала			
	Экскурсия в детско-юношескую спортивную школу (ДЮСШ), училище олимпийского резерва. Ознакомительная беседа с тренерами.		4	
	Практические занятия	Просмотр тренировки по волейболу, баскетболу.	1	
	Практические занятия	Дифференцированный зачет	0/1	
Всего часов			70 ч (0/70)	
Блок	БАСКЕТБОЛ			

	ДЕВУШКИ			
	1 семестр		34 8/26	
Раздел 1.	Обучение технике и методике двигательных действий в баскетболе		2/24	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
Тема 1.1 Стойка баскетболиста, передвижения, остановки, повороты	Содержание учебного материала		2/4	
	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Контроль и самоконтроль на занятиях по баскетболу. Правила игры. Классификация техники нападения и защиты. Подготовка к игре. Проведение разминки.		2	
	Практические занятия	Основная стойка. Перемещения в защитной стойке, приставные шаги в игре в баскетбол.	1	
		Обучение технике перемещений в стойке баскетболиста в защите. Основная стойка. Подводящие упражнения (в парах, с мячом). Перемещения в защитной стойке, приставные шаги в игре в баскетбол.	1	
		Освоение: остановка прыжком, двумя шагами, повороты на одной ноге вперед, назад.	1	
		Освоение приема: передвижения приставными шагами в стойке защитника и нападающего.	1	
Тема 1.2 Передачи и ловля мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/6	
	Практические занятия	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости.		
		Ловля мяча двумя руками на месте и в движении	1	
		Ловля мяч одной рукой на месте и в движении.	1	
		Ловля мяча двумя руками при поступательном и встречном движении. Упражнения для развития быстроты движений и прыгучести	1	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: ловкости, гибкости, прыгучести, быстроты реакции. Передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	1	
Тема 1.3 Ведение мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/8	
	Практические занятия	Освоение техники ведения мяча с низким и высоким отскоком на месте и в движении.	1	
		Обучение технике ведения мяча правой и левой рукой на месте со зрительным контролем, без зрительного контроля.	1	
		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	1	
		Совершенствование техники ведения мяча в движении со зрительным	1	

		контролем и без зрительного контроля.		
		Обводка соперника с изменением направления и скорости движения	1	
		Освоение обводки соперника с поворотом и переводом мяча, с изменением высоты отскока и направления. Демонстрация обводки соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание).	1	
		Упражнения для развития игровой ловкости баскетболиста	1	
		Игры, направленные на закрепление техники владения мячом.	1	
Тема 1.4 Броски мяча по кольцу с места, после ведения	Практические занятия		0/6	
	Практические занятия	Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места: двумя руками от груди, двумя сверху, одной рукой от плеча, одной сверху, бросок способом «крюк»	2	
		Броски мяча с ближних, средних, дальних дистанций.	2	
		Демонстрация: броски мяча в кольцо после ведения различными способами: после выполнения двух шагов, бросок способом «крюк»	2	
Раздел 2.	Вводная практика		6/1	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 06 ПК 1.1
Тема 2.1 Знакомство с СОШ	Содержание учебного материала			
	1. Экскурсия в среднюю образовательную школу (СОШ). Обзор спортивной площадки, физкультурного зала на предмет оснащения техническими средствами, инвентарем и оборудованием. Ознакомительная беседа с учителями физической культуры по организации физкультурно-спортивной деятельности, ведению школьной документации. Анализ нормативно-правовой документации (должностной инструкции учителя физической культуры, рабочих программ, журнала, методических разработок и прочих документов, регламентирующих работу учителя)		2	
	2. Просмотр и анализ урока по физической культуре в основной школе		4	
	Практические занятия	Анализ урока по физической культуре в основной школе	1	
	Практические занятия	дифференцированный зачет		
	ЮНОШИ			
	2 семестр		36 6/30	
Раздел 1.	Обучение технике и методике двигательных действий в баскетболе		2/28	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08
Тема 1.1 Стойка баскетболиста, передвижения,	Содержание учебного материала		2/8	
	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Контроль и самоконтроль на занятиях по баскетболу. Правила игры. Классификация техники нападения и защиты. Подготовка к игре. Проведение разминки.		2	

остановки, повороты	Практические занятия	Основная стойка. Перемещения в защитной стойке, приставные шаги в игре в баскетбол.	2	ПК 1.1
		Обучение технике перемещений в стойке баскетболиста в защите. Основная стойка. Подводящие упражнения (в парах, с мячом). Перемещения в защитной стойке, приставные шаги в игре в баскетбол.	2	
		Освоение: остановка прыжком, двумя шагами, повороты на одной ноге вперед, назад.	2	
		Освоение приема: передвижения приставными шагами в стойке защитника и нападающего.	2	
Тема 1.2 Передачи и ловля мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/6	
	Практические занятия	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости.		
		Ловля мяча двумя руками на месте и в движении	1	
		Ловля мяч одной рукой на месте и в движении.	1	
		Ловля мяча двумя руками при поступательном и встречном движении. Упражнения для развития быстроты движений и прыгучести	1	
		Выполнение упражнений для развития физических качеств: ловкости, гибкости, прыгучести, быстроты реакции. Передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	1	
		Передачи мяча двумя руками встречные и поступательные.	1	
Тема 1.3 Ведение мяча на месте и в движении	Практические занятия		0/8	
	Практические занятия	Освоение техники ведения мяча с низким и высоким отскоком на месте и в движении.	1	
		Обучение технике ведения мяча правой и левой рукой на месте со зрительным контролем, без зрительного контроля.	1	
		Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	1	
		Совершенствование техники ведения мяча в движении со зрительным контролем и без зрительного контроля.	1	
		Обводка соперника с изменением направления и скорости движения.	1	
		Освоение обводки соперника с поворотом и переводом мяча, с изменением высоты отскока и направления.	1	
		Упражнения для развития игровой ловкости баскетболиста	1	
		Демонстрация обводки соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание)	1	
Тема 1.4	Практические занятия		0/6	

Броски мяча по кольцу с места, после ведения	Практические занятия	Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места: двумя руками от груди, двумя сверху, одной рукой от плеча, одной сверху, бросок способом «крюк»	2	
		Броски мяча с ближних, средних, дальних дистанций	2	
		Демонстрация: броски мяча в кольцо после ведения различными способами: после выполнения двух шагов, бросок способом «крюк»	2	
Раздел 2.	Вводная практика: знакомство со организациями работодателей		4/1	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 08 ПК 1.1
Тема 2.2.	Содержание учебного материала			
Знакомство с ДЮСШ	Экскурсия в детско-юношескую спортивную школу (ДЮСШ), училище олимпийского резерва. Ознакомительная беседа с тренерами.		4	
	Практические занятия	Просмотр тренировки по баскетболу, волейболу.	1	
	Практические занятия	дифференцированный зачет	0/1	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1 учебного кабинета -

3.1.2 лаборатории -

3.1.3 зала спортивный зал (корпусы 1 и 2);
открытая спортивная площадка широкого профиля
(корпус 1);
библиотека;
читальный зал с выходом в сеть Интернет.

3.1.4 мастерских

3.1.5. Оборудование учебного кабинета и рабочих мест:

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Спортивный зал (корпус 2)	
I.	Оборудование	
1.	- мяч баскетбольный; - мяч волейбольный; - мяч футбольный; - скакалка; - гимнастическая скамейка; - шведская стенка; - сетка волейбольная; - гимнастическая палка; - секундомер; - стол для настольного тенниса; - ракетка для настольного тенниса; - мяч для настольного тенниса	30 экземпляров
II.	Технические средства обучения	
1	Музыкальный центр	1
III.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
1.	Презентации по всем разделам курса: - легкая атлетика; - гимнастика; - спортивные игры; - лыжная подготовка	Д
3.	Аудиозаписи и фонохрестоматии	К
IV.	Учебно-методические материалы по дисциплине	
1.	Материалы по теоретической части дисциплины: - конспекты лекций по всем темам курса	Д
2.	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: - учебно-практические материалы	15 экз.
4.	Комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для текущего контроля;	30

	- материалы для промежуточной аттестации	экземпляров
--	--	-------------

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Спортивный зал (корпус 1)	
I.	Оборудование	
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.	Лыжи пластиковые	20
21.	Лыжи деревянные	30
22.	Ботинки лыжные	40
23.	Палки лыжные	25
24.	Веревки туристические	2
25.	Карабины туристические	10
26.	Страховки универсальные туристские	5
27.	Компас туристический	10
28.	Секундомеры	2
29.	Обручи гимнастические	15
II.	Технические средства обучения	
1.	Компьютер	1
2.	Принтер	1
3.	Музыкальный центр	1
III.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
1.	Видеофильмы: - лыжный спорт – методика обучения технике; - баскетбол – методика обучения технике игры; - туризм – вязка туристских узлов; - легкая атлетика; - волейбол	1 1 1 1 1
2.	Презентации по всем разделам курса: - легкая атлетика; - баскетбол; - волейбол;	

	- футбол; - гандбол; -плавание; -лыжный спорт и туризм; -гимнастика; - йога; -фитнес и др.	Д
3.	Аудиозаписи: - музыкальные диски; - кассеты; - флешки и жесткие диски	К
IV.	Учебно-методические материалы по дисциплине	
1.	Материалы по теоретической части дисциплины: - конспекты лекций; - конспекты-опоры; - учебники и пособия; - дидактический раздаточный материал	Д
2.	Комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для текущего контроля; - материалы для промежуточной аттестации	К

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 рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Кофман, Л.Б., Настольная книга учителя физической культуры/ Л.Б. Кофман - Москва: Физкультура и спорт, 2020. – 340 с.

2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2 – е изд., испр. и доп./ Ж. К Холодов, В.С. Кузнецов - Москва: Издательский центр Академия, 2020 – 480 с.

Дополнительные источники:

1. Барбашов, С.В. Педагогическая практика в школе. Учебное пособие для студентов. – Омск: СибГАФК, 2015. – 100 с.

2. Бомпа, Т. Подготовка юных спортсменов: Пер. с англ. / Т.Бомпа – Москва: ООО Издательство Астрель: ООО Издательство АСТ, 2013. – XII, 259, [1] с.: ил.

3. Кузьменко, Г.А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет [Текст] / Г.А.Кузьменко. – Москва: Советский спорт, 2018. – 268 с.

4. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с.

5. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки. / И.М. Туревский, Ж.К. Холодов и др.: Под общ. ред.

И.М. Туревского: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – Москва: Академия, 2013. – 320 с.

6. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебник для вузов / под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с.

7. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – Москва: Советский спорт, 2014 – 464 с.

8. Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

9. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 609 с.

10. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебник для вузов / под общей редакцией А. А. Зайцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 321 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры: сайт - URL: <http://lib.sportedu.ru/press/> (дата обращения 01.07.2020)

2. Министерство спорта Российской Федерации: сайт - URL: <http://minstm.gov.ru/> (дата обращения 01.07.2020)

3.3. Условия организации учебного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, 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 занятиям, 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;

- 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.

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>

- 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.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 01	Раздел 1, Темы 1.1.-1.4	- оценка результатов выполнения практической работы - сдача контрольных нормативов (волейбол, баскетбол) - сдача нормативов ГТО (волейбол, баскетбол) - дифференцированный зачет
ОК 02	Раздел 1, Темы 1.1.-1.4	- оценка результатов выполнения практической работы - подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики - дифференцированный зачет
ОК 03, ПК 1.1	Раздел 1, Темы 1.1.-1.4 Раздел 2, Темы 2.1.- 2.2	- оценка результатов выполнения практической работы - составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей - заполнение дневника самоконтроля - демонстрация комплекса ОРУ - демонстрация ЗОЖ - дифференцированный зачет
ОК 04	Раздел 1, Темы 1.1.-1.4	- наблюдение за организацией коллективной деятельности - наблюдение за ролью обучающегося в группе
ОК 06		- мероприятия по озеленению территории - студенческое самоуправление - волонтерское движение - военно-патриотические и других объединения, - акции, программы
ОК 07		- экологические проекты - экологические акции, экологический десант
ОК 08	Раздел 1, Темы 1.1.-1.4	- оценка результатов выполнения практической работы

	Раздел 2, Темы 2.1.- 2.2	- сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) - контрольное тестирование - интерпретация ценностно-смысловых установок в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности; - спортивно-массовые мероприятия - физминутки, активные перемены - дни здоровья - демонстрация комплекса ОРУ - дифференцированный зачет
--	--------------------------	---