

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Факультет психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ
Декан ФПП
Л. Я. Лозован
«22» апреля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

по специальности
среднего профессионального образования

44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании

Форма обучения
очная

Новокузнецк, 2025

Рабочая программа дисциплины составлена на основании требований ФГОС СПО и учебного плана ОПОП по специальности *44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании*.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена:

на заседании кафедры Педагогики и методики начального образования
наименование кафедры

13 марта 2025 г. протокол № 7 Зав. кафедрой Елькина О.Ю.
Ф.И.О. подпись



Одобрена на заседании методической комиссии факультета психологии и педагогики
наименование факультета
протокол методической комиссии факультета № 5 от 28.03.2025

Эксперты от работодателя:

Муниципальное бюджетное нетиповое общеобразовательное учреждение «Лицей № 11» г. Новокузнецка

место работы

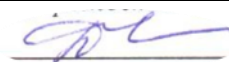
Заместитель директора по учебно-воспитательной работе начальных классов Хитрых Е.В. *должность подпись, Ф.И.О.*



Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Специальная школа-интернат №38» г. Новокузнецка

место работы

Директор Доровских И. И.
должность подпись, Ф.И.О.



ОПОП утверждена

Ученым советом факультета психологии и педагогики (протокол Ученого совета факультета № 9 от 22.04.2025 г.)

Год начала подготовки по учебному плану: 2023

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 05. Физическая культура

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППССЗ) по специальности **44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании**.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования

Учебная дисциплина **ОГСЭ 05. Физическая культура** входит в состав общего гуманитарного и социально-экономического цикла обязательной части образовательной программы. Данная дисциплина обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности федерального государственного образовательного стандарта по специальности **44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании**.

Учебная дисциплина изучается в 1 – 6 семестрах.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются общие и профессиональные **компетенции:**

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

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

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 1

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	196
в том числе: практические занятия	174
Самостоятельная работа	22
Промежуточная аттестация в форме - другие формы аттестации (1-5 семестры) - дифференцированного зачета (6 семестр)	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины *ОГСЭ 05. Физическая культура*

Таблица 2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Осваиваемые компетенции
1	2		3	4
Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности				
Тема 1.1 Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала			ОК 01, 04, 08
	1	Техника бега (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4 *100 м,; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши).		
	2	Метание набивного мяча и гранаты с места и с разбега весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра		
	3	Специально беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.		
	В том числе практических занятий		42	
	1	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики. Техника беговых и прыжковых упражнений Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования		
	2	Совершенствование техники спринтерского бега. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования. Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив		
	3	Овладение техникой эстафетного бега, передача эстафетной палочки.		
	4	Техника специально беговых и прыжковых упражнений. Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив.		
	5	Совершенствование техники метания. Овладение техникой метания гранаты, толкания ядра.		
	6	Техника бега по дистанции (беговой цикл) Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг) Контрольный норматив - техника бега на дистанции 2000 м. (девушки), 3000 метров (юноши).		
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		8	
Тема 1.2 Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала			
	1	Физические качества человека.		
	2	Средства и методы развития быстроты и гибкости		

	3	Средства и методы развития выносливости, координационных способностей, силы в играх и упражнениях	
	В том числе практических занятий		12
	1	Бег различной интенсивности с низкого и высокого старта, челночный бег – контрольный норматив.	8
	2	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц, с предметами и без предметов. Круговой метод тренировки.	
	3	Выполнение тестов ОФП и ГТО: упражнения для развития силы - на перекладине: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев.); подтягивание из виса на высокой перекладине (юн.); или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	
	4	Подвижные игры: лапта, снайпер	
	Самостоятельная работа: Выполнить упражнения для развития силовых качеств – подтягивание, отжимание в упоре лежа, упражнения с отягощением. Упражнения на развитие гибкости, силы, ловкости, координации. Подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		
Тема 1.3 Баскетбол			
Содержание учебного материала			
	1	Техника выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча.	
	2	Овладение техникой выполнения ведения мяча. Техника ведения мяча на месте и в движении. Ведение с сопротивлением и применением финтов	
	3	Владение мячом – ловля одной, двумя руками. Ловля и передача мяча разными способами .	
	4	Броски мяча в корзину с места и после ведения Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	
	5	Тактика игры в баскетбол: тактика защиты, тактика нападения. Индивидуальные групповые и командные действия игроков.	
	6	Правила игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	
	В том числе практических занятий Овладение техникой выполнения ведения мяча		32
	1	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Развитие физических способностей средствами баскетбола. Техника перемещений: стойки баскетболиста, ходьба, бег; остановки. Повороты на месте и в движении.	
	2	Овладение техникой ведения мяча на месте, в движении на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу. Техника ведения мяча в движении в игровой ситуации.	
	3	Ловля и передача мяча в парах от груди, от головы, от плеча на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении во встречных колонна. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	
	4	Техника бросков мяча в движении в игровой ситуации. Выполнение бросков в кольцо с места, стоя сбоку	

Тема 1.4 Волейбол		от щита, бросков после ведения и двух шагов, штрафных бросков. Броски по кольцу из разных точек.	
	5	Тактика игры: индивидуальные и групповые взаимодействия в учебной игре	
	6	Изучение правил игры в баскетбол. Зачетные упражнения.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, судейство игр, выполнение других индивидуальных заданий. Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях		8
	Содержание учебного материала		
	1	Техника выполнения приёмов игры: стойки игрока в волейболе, перемещения по площадке. Развитие физических способностей средствами волейбола	
	2	Техника выполнения приёмов игры: передачи мяча, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападение и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении	
	3	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	
	4	Групповые и командные действия игроков. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	
	5	Правила игры в волейбол.	
Тема 1.5 Лыжная подготовка	В том числе практических занятий		32
	1	Техника безопасности на занятиях волейболом. Развитие физических способностей средствами волейбола. Овладение техникой перемещения разными способами в стойке волейболиста 2. Выполнение контрольного норматива: подача точная любым из изученных способов.	
	2	Передача мяча. Прием мяча. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. Выполнение приёма и передачи мяча сверху и снизу индивидуально, у стены, в парах. Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке.	
	3	Овладение и совершенствование техники подачи мяча мяча: нижней прямой и боковой, верхней прямой. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	
	4	Приём и передача мяча, отскочившего от сетки, страховка сетки. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара.	
	5	Изучение правил игры, расстановка игроков, жесты судьи. Итоговая учебная игра с применением основных правил игры в волейбол. Двусторонняя игра с соревновательным эффектом. Зачетные упражнения.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, судейство игр, выполнение других индивидуальных заданий. Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		6
	Содержание учебного материала		
	1	Одновременные классические ходы	
	2	Попеременные классические ходы	
	3	Полуконьковый и коньковый ходы	

	4	Повороты, торможения, спуски и подъёмы в лыжной подготовке	
	5	Развитие выносливости	
	В том числе практических занятий		24
	1	Классические лыжные ходы. Посадка лыжника.Выполнение техники одновременных ходов: бесшажного, одношажного, двухшажного на учебном круге.	
	2	Выполнение техники скользящего шага, двухшажного попеременного хода на учебном круге	
	3	Овладение техникой конькового и полуконькового ходов	
	4	Работа над техникой двухшажного попеременного хода и одновременных ходов на учебной лыжне. Перемещение по пересечённой местности.	
	5	Выполнение техники подъёмов и спусков, поворотов и торможений на склоне средней крутизны. Посадка лыжника.	
	6	Контрольные нормативы: прохождение дистанции до3км (дев.) 5 км (юн.).	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.		4
	Тема 1.6 Плавание		
	Содержание учебного материала		
	1	Техника безопасности на уроках плавания. Техника спортивных способов плавания (кроль на груди, на спине; брасс)	
	2	Техника стартов и поворотов (повороты в плавании, старты из воды, с тумбочки, свободные прыжки в воду) .	
	3	Проплывание дистанции до 400 м изученными способами. Подвижные игры и эстафеты с элементами плавания.	
	В том числе практических занятий		12
	1	Овладение техникой подготовительных упражнений по освоению с водой: выдох в воду, открывание глаз в воде, поплавок, скольжение на груди и спине, работа ногами.	
	2	Выполнение согласованной работы ног, рук, дыхания при плавании кролем на груди	
	3	Овладение техникой плавания способом кроль на спине, брасс	
	4	Освоение и совершенствование техники стартов и поворотов: выполнение стартов с бортика, с тумбочки, свободных прыжков в воду.	
		Развитие физических способностей средствами плавания.	
	5	Плавание изученными способами до 400 м.	
	6	Контрольные нормативы: плавание 50м. любым изученным способом.	
	Самостоятельная работа: Участие в соревнованиях, подготовка к выполнению контрольных нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		6

Тема 1.7(1) Основная гимнастика <i>(обязательный вид)</i>	Содержание учебного материала		
	1	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Строевые приемы: построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания	
	2	Общеразвивающие упражнения без предмета, с предметом, парные, групповые, на снарядах и тренажерах	
	3	Прикладные упражнения: ходьбы и бега, упражнения в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки	
	В том числе практических		6
	1	Совершенствование строевых упражнений . Упражнения для развития силы основных мышечных групп.	
	2	Комплексы упражнений для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Упражнения на гибкость и координацию движений.	
	3	Выполнение прикладных упражнений. Зачетные упражнения: выполнение тестов ГТО.	
	Самостоятельная работа: Самостоятельное выполнение комплексов упражнений: для развития силовых качеств – подтягивание, отжимание в упоре лежа, упражнения с отягощением. Упражнения на развитие гибкости, силы, ловкости, координации.		4
	Тема 1.7(2) Ритмическая гимнастика	Содержание учебного материала	
1		Основные виды перемещений. Базовые шаги с движениями рук.	
2		Общеразвивающие упражнения на месте в положении стоя, сидя, лёжа и в движении	
2		Танцевально-прыжковые упражнения на месте и в движении	
4		Развитие физических качеств при занятиях аэробикой	
В том числе практических занятий		12	
1		Овладение техникой базовых шагов, перемещений в разных направлениях с движениями рук.	
2		Выполнение ОРУ стоя и в партере, на месте и в движении	
3		Выполнение прыжков и танцевальных перемещений с музыкальным сопровождением	
4		Проведение составленных комплексов упражнений с группой студентов	
Самостоятельная работа: Выполнение комплекса ритмической гимнастики.		4	
Итого:		196	

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает специальные учебные помещения, оборудованные мебелью, в том числе:

- 1) Помещения для проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов

Плавание	214 Бассейн. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: вышки для прыжков, спортивный инвентарь (доски для плавания, нудлы для плавания, секундомеры настенные и др.).	654041, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, Ул. Циолковского, д.6 СК «Олимп»
Спортивные игры	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13
Общая физическая подготовка	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13
Легкая атлетика	401 Спортивный зал Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: сетка баскетбольная, сетка волейбольная, шведская стенка, стойка металлическая для бадминтона, спортивный инвентарь	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, просп. Пионерский, д. 13

- 2) Помещения для самостоятельной работы с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, в том числе электронную библиотеку КГПИ КемГУ.

Программное обеспечение общего назначения:

Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО), Firefox 14 (свободно распространяемое ПО), Opera 12 (свободно распространяемое ПО), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), AdobeReaderX I (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО).

3.2 Информационное обеспечение

3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине

Основная литература

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/475342> – Текст : электронный.

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/471143> – Текст : электронный.

3. *Муллер, А. Б.* Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/469681> — Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08973-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/474473> — Текст : электронный.

2. *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). — ISBN 978-5-534-10154-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/453245> — Текст : электронный.

3. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/488422> — Текст : электронный.

4. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/476678> — Текст : электронный.

5. *Туревский, И. М.* Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/476074> — Текст : электронный.

6. Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/487324> — Текст : электронный.

7. *Дворкин, Л. С.* Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/474253> — Текст : электронный.

8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/487323> — Текст : электронный.

3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам, электронным базам периодических изданий:

Доступные электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система «Лань» - <http://e.lanbook.com>
2. Электронно-библиотечная система «Знаниум» - www.znanium.com
3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» - <http://urait.ru>.

Доступ к ЭБС из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

Кроме того, для студентов и преподавателей доступны ресурсы Межвузовской электронной библиотеки (МЭБ) (<https://icdlib.nspu.ru/>), Базы данных периодических изданий East View (<https://dlib.eastview.com/browse>), Научной электронной библиотеки (<https://www.elibrary.ru/>), Национальной электронной библиотеки, сетевая электронная библиотека (СЭБ) - <https://seb.e.lanbook.com/>.

3.2.3 Электронные образовательные ресурсы и профессиональные базы данных

Федеральный портал «Российское образование» – база данных публикаций и единое окно доступа к информационным ресурсам. Режим доступа: <http://www.edu.ru/> Доступ свободный.

Единый информационный образовательный портал Кузбасса – является открытой информационно-образовательной средой, предназначенной для организации сетевого взаимодействия всех субъектов образовательной сферы региона: от органов управления образованием до обучающихся и их родителей. Режим доступа: <https://portal.kuz-edu.ru/> Доступ свободный.

PAIDAGOGOS – на сайте размещены статьи по педагогике, включая некоторые персоналии, дидактику, методику, содержание обучения и контроль знаний, компьютеризацию образования. Режим доступа: <http://paidagogos.com/> Текст: электронный.

Педагогическая библиотека – содержит большое количество полнотекстовой литературы по педагогике и ее прикладным отраслям Режим доступа: <https://pedlib.ru/> Текст: электронный.

Педагогическая периодика – электронный тематический каталог «Педагогическая Периодика», содержащий точные ссылки на наиболее интересные статьи, опубликованные в периодической печати за последние десять лет и посвященные педагогическим проблемам. Режим доступа: <http://periodika.websib.ru/>. Доступ свободный.

База профессиональных данных «Мир психологии» <http://psychology.net.ru> Доступ свободный.

Soc.Lib.ru. – материалы по социологии, психологии и управлению. Режим доступа <http://soc.lib.ru/> Доступ свободный.

Академия педагогических проектов Российской Федерации – Информационно-образовательный портал содержит информацию о профессионального мастерства педагогических работников www.педпроект.рф Доступ свободный.

Безопасность жизнедеятельности – научно-практический и учебно-методический журнал, освещает вопросы современного состояния, тенденций и перспектив развития таких областей, как промышленная безопасность и охрана труда, экологическая безопасность и чрезвычайные ситуации с акцентом на техногенные опасности novtex.ru/bjd Доступ свободный.

Электронная библиотека по безопасности – информация и рекомендации по выживанию и варианты действий в различных нестандартных ситуациях. – <http://warning.dp.ua/lib.htm> Доступ свободный.

Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности – Информация по разделам: Новости МЧС, Учебники и пособия, Уроки по ОБЖ, Статьи и публикации, Термины и понятия <http://www.obzh.ru/> Доступ свободный.

Сайт конкурса «Сквозные образовательные технологии» – <https://obr.so/grant/>

Банк социальных идей проектов – <http://www.social-idea.ru/> Доступ свободный.

Конкурс им. В. И. Вернадского – Всероссийский открытый конкурс юношеских исследовательских работ имени В. И. Вернадского Публикуются нормативные документы по конкурсу, рекомендации по участию в нем, детские исследовательские работы –

3.3 Общие требования к организации образовательного процесса

Учебная дисциплина является важным элементом в системе профессиональной подготовки педагога, осуществляющего педагогическую деятельность в общеобразовательных организациях. Освоение умений и знаний предполагает развитие творчески активной личности, умеющей применять сформированные умения и знания в новых постоянно меняющихся профессиональных условиях.

В содержании программы предусмотрено последовательное согласование изучаемого материала с другими дисциплинами/профессиональными модулями учебного плана специальности.

Особенностями программы учебной дисциплины являются:

- четко выраженная практическая профессионально-педагогическая направленность;
- учет педагогической практики;
- инструментальный характер знаний.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций различного вида, в том числе интерактивных, проблемных. Содержание и формы практической работы определены спецификой учебной дисциплины и спортивной деятельности.

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов в Образовательной организации устанавливается особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. Это могут быть подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных залах или на открытом воздухе. При их проведении преподаватель обязан учитывать вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ОВЗ и инвалида. Для лиц с ограничениями передвижения это могут быть занятия по видам спорта, не требующим двигательной активности.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 3

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен знать: • о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека, • основы здорового образа жизни.	Формы текущего контроля: - практические задания по работе с информацией; - домашние задания проблемного характера; - ведение дневника самоконтроля; - оценка подготовленных студентом фрагментов занятий с использованием средств физической культуры. - защита рефератов студентами, освобожденными от занятий физической культурой. Легкая атлетика. Оценка техники выполнения двигательных действий (бега прыжков, метаний и т.д.) проводится в ходе занятий. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Спортивные игры. Оценка базовых элементов техники (броски в кольцо, ведение мяча, передачи, подачи и т.д.) Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований.

	Оценка двигательной активности на протяжении урока. Лыжная подготовка. Оценка техники передвижения на лыжах, выполнения поворотов, разворотов и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Лыжная подготовка. Оценка техники передвижения на лыжах, выполнения поворотов, разворотов и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Гимнастика. Оценка техники выполнения общеразвивающих упражнений, вольных упражнений, комбинаций и связок, упражнений снарядовой гимнастики и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Плавание Оценка техники плавания, выполнения стартов, поворотов, и т.д. Оценка двигательной активности на протяжении урока. Оценка уровня развития физических качеств, занимающихся наиболее целесообразно проводить по приросту к исходным показателям. Для этого проводится тестирование в контрольных упражнениях: На входе – начало учебного года; На выходе - в конце учебного года. Текущий контроль Оценка результатов выполнения практических заданий Промежуточный контроль Оценка результатов аттестации в другой форме – тестирование в контрольных упражнениях Дифференцированный зачет – собеседование и тестирование в контрольных упражнениях
--	---

Составители рабочей программы дисциплины:

Яковлева В. Н., старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта

Ф.И.О. должность, наименование кафедры