





МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
Республики Крым  
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»  
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)

СОГЛАСОВАНА  
Заместитель директора по УВР  
 Н.А.Бурбиева

УТВЕРЖДЕНА  
решением педагогического совета  
Протокол № 1 от «19» 08 20 22 г.  
Распоряжение № 074 от «31» 08 20 22 г.  
Директор  С.И. Исмаилова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОГСЭ.05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность: 44.02.02 «Преподавание в начальных классах»

(заочная форма обучения)

Симферополь, 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности СПО 44.02.02. «Преподавание в начальных классах», утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 27 октября 2014 г. №1351.

Рассмотрена:

на заседании предметно-цикловой комиссии «Базовые и профильные дисциплины»,  
протокол № 1 от «01» 09 2012 г.

Председатель ПЦК  О.Н.Димина

Организация-разработчик: ИПК КИПУ имени Февзи Якубова

Разработчик(и): преподаватель ИПК КИПУ имени Февзи Якубова – Ионкина Н.С.

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ...	10
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИН....	15

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.05. Физическая культура

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.01 «Дошкольное образование».

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего профессионального образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Физическая культура»; на основе примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования в 2015 году. Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 374 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО».

### 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью ППССЗ по специальности СПО 44.02.01 «Начальное образование», которая включена в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл профессиональной подготовки.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины

**Цель:** формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности обучающихся.

#### **Задачи:**

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности.

#### **4. Требования к результатам освоения дисциплины**

В результате изучения дисциплины обучающийся должен овладеть *общими компетенциями:*

ОК.1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК.2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК.5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих;

*профессиональными компетенциями:*

ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 3.2. Проводить занятия с детьми дошкольного возраста.

В результате освоения 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.

**1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося – **258** часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка – **8** часов;
- самостоятельная работа обучающегося – **250** часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ****2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>258</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>8</b>
в том числе:	
лекционные занятия	4
практические занятия	2
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>250</b>
Промежуточная аттестация в форме зачета	
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 1.1</b>	Техника специальных упражнений бегуна. Техника высокого и низкого стартов Совершенствование техники бега с низкого старта на короткие дистанции. Прыжок в длину с разбега	2	1,2
	Практическое занятие. Совершенствование техники бега с низкого старта на короткие дистанции	2	
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Написание реферата 1. Понятие о социально-биологических основах физической культуры. 2. Саморегуляция и самосовершенствование организма в процессе его развития.	12	2
<b>РАЗДЕЛ 2. Гимнастика</b>			
<b>Тема 2.1.</b>	Классификация видов гимнастики. Одежда, обувь, инвентарь и место занятий Предупреждение травм. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Повороты. Перестроения из одной шеренги в три и обратно.	2	1,2
<b>РАЗДЕЛ 3. Теоретические сведения</b>			
<b>Тема 3.1.</b>	Врачебный контроль в процессе физического воспитания. Основы лечебной физической культуры. Общая физическая подготовка. Техника выполнения упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию	4	
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Написание реферата 1. Формирование ценностных ориентации школьников на физическую культуру и спорт. 2. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности. 3. Характеристика основных компонентов здорового образа жизни. 4. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма. 5. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.	250	

	<p>6. Современные популярные оздоровительные системы физических упражнений.</p> <p>7. Методики применения средств физической культуры для направленной коррекции телосложения.</p> <p>8. Методика составления индивидуальных программ физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.</p> <p>9. Основы психического здоровья и психосоматическая физическая тренировка (профилактика неврозов, аутогенная тренировка, самовнушение и т. п.)</p> <p>10. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.</p> <p>11. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.</p> <p>12. Самоконтроль в процессе физического воспитания.</p> <p>13. Повышение иммунитета и профилактика простудных заболеваний.</p> <p>14. Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.</p> <p>15. Физическая культура в профилактике опорно-двигательного аппарата.</p> <p>16. Способы улучшения зрения.</p> <p>17. Методика обучения плаванию (способы «кроль» и «брасс»).</p> <p>18. Средства и методы воспитания физических качеств.</p> <p>19. Лыжная подготовка в системе физического воспитания (основы техники передвижения, способы лыжных ходов, преодоление подъемов и спусков, подбор инвентаря).</p> <p>20. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).</p> <p>21. Методика обучения школьников игре в баскетбол (азбука баскетбола, элементы техники, броски мяча). Организация соревнований.</p> <p>22. Методика обучения школьников игре в волейбол (азбука волейбола, передачи, нападающий удар). Организация соревнований.</p> <p>23. Методика обучения школьников игре в футбол (азбука футбола, техника футбола, техника игры вратаря). Организация соревнования!..</p> <p>24. Организация физкультурно-спортивных мероприятий («Положение», алгоритм, принципы, системы розыгрыша, первенства, спартакиады).</p> <p>25. Организация и методы проведения подвижных игр (подбор игр, требования к организации, задачи руководителя и т. д.)</p> <p>26. Организация соревнований по эстафетному бегу (круговая, встречная, линейная, комбинированная, эстафета «Веселые старты»).</p> <p>27. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.</p> <p>28. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</p> <p>29. Особенности занятий избранным видом спорта.</p> <p>30. Основы профессионально-прикладной физической подготовки будущего специалиста.</p> <p>31. Основные формы и методы работы по физической культуре и спорту в детском оздоровительном лагере.</p> <p>32. Основы и организация школьного туризма.</p>		
--	---	--	--



	<p>33. Организация и проведение туристических соревнований, туристических слетов.</p> <p>34. Характеристика внеурочных форм занятий (гимнастика до занятий, физкультминутки, динамичные перемены, спорт-час).</p> <p>35. Внеклассные занятия физическими упражнениями (организация и содержание работы школьного КФК, организация спортивных праздников, дней здоровья и т. д.)</p> <p>36. Применение физических упражнений для формирования красивой фигуры.</p> <p>37. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.</p> <p>38. Баскетбол</p> <p>39. Виды массажа</p> <p>40. Виды физических нагрузок, их интенсивность</p> <p>41. Влияние физических упражнений на мышцы</p> <p>42. Волейбол</p> <p>43. Закаливание</p> <p>44. Здоровый образ жизни</p> <p>45. История Олимпийских игр как международного спортивного движения</p> <p>46. Комплексы упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата</p> <p>47. Общая физическая подготовка: цели и задачи</p> <p>48. Организация физического воспитания</p> <p>49. Основы методики и организация самостоятельных занятий физическими упражнениям</p> <p>50. Питание спортсменов</p> <p>51. Правила игры в фут-зал (мини-футбол), утвержденные фифа</p> <p>52. Развитие быстроты</p> <p>53. Развитие двигательных способностей</p> <p>54. Развитие основных физических качеств юношей. Опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистая, дыхательная и нервная системы</p> <p>55. Развитие силы и мышц</p> <p>56. Развитие экстремальных видов спорта</p> <p>57. Роль физической культуры</p> <p>58. Спорт высших достижений</p> <p>59. Утренняя гигиеническая гимнастика</p> <p>60. Физическая культура и физическое воспитание</p> <p>61. Физическое воспитание в семье</p> <p>62. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры</p>		
	<b>Всего</b>	<b>258</b>	

**Рекомендуемые учебные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.**

Контрольные упражнения	нормативы . баллы		
	5	4	3
Бег 100м/с	17, 2	17. 5	18.0
Бег 2000м. мин/с	12,0	12,5	14,0
Прыжок в длину с разбега, см	375	340	310
Прыжок в высоту с разбега, см	110	105	100
Метание гранаты с разбега 500гр /м	20	16	14
Поднимание туловища и положения лежа на спине, (раз)	30	22	18
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	10	8	7
Бег на лыжах 3 км, мин /с	20,30	21,30	23,30
Кросс 2000м, мин/с	12,30	13,30	14,30

**Рекомендуемые учебные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.**

Контрольные упражнения	Нормативы, баллы		
	5	4	3
Бег 100м./с	15, 3	15,8	16,5
Бег 3000м, мин/с	13, 50	14, 30	16, 00
Прыжок в длину с разбега, см	430	400	380
Прыжок в высоту с разбега, см	120	115	110
Метание гранаты с разбега 700гр/м	29	25	23
Подтягивание на перекладине, раз	9	7	6
Сгибание и разгибание рук в упоре , раз	20	17	15
Бег на лыжах 5 км, мин/с	28, 00	28,30	29,00
Кросс 3000м, мин/с	14,30	15,10	16,40

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – *ознакомительный* (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – *репродуктивный* (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – *продуктивный* (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ УЧЕБНОГО ЦИКЛА

Результатом изучения обязательной части учебного цикла является овладение общими и профессиональными компетенциями, включающими в себя способность:

Код	Наименование результата обучения
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.
ПК 1.1.	Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.
ПК 1.3.	Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.
ПК 3.2.	Проводить занятия с детьми дошкольного возраста.

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала.

Технические средства обучения:

Оборудование спортивного зала для занятий спортивной гимнастикой и спортивными играми.

*Основные источники:*

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Количество в библиотеке
1	Железняк, Ю. Д. Теория и методика обучения предмету "физическая культура" [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. - М. : Академия, 2004. - 272 с.	Учебное пособие	4
2	Матвеев, А. П. Методика физического воспитания в начальной школе [Текст] : учеб. пособие для студ. учр-ий сред. проф. образования / А.П. Матвеев. - М. : Владос, 2003. - 248 с	Учебное пособие	33
3	Кожухова, Н. Н. Методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Борисова ; ред. С. А. Козлова ; рец.: Л. М. Денякина, Б. Б. Егоров. - М. : Академия, 2008. - 352 с. - (Высш. проф. образование. Пед. специальности). - Библиогр.: с. 346	Учебное пособие	30
4	Кожухова, Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст] : учеб. пособие для студ. фак-тов дошкольного образования высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова ; Под ред. С. А. Козловой. - М. : Академия, 2002. - 320 с. - (Высш. образование).	Учебное пособие	4
5	Кожухова, Н. Н. Методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Борисова ; ред. С. А. Козлова ; рец.: Л. М. Денякина, Б. Б. Егоров. - М. : Академия, 2008. - 352 с. - (Высш. проф. образование. Пед. специальности). - Библиогр.: с. 346.	Учебное пособие	30
6	Иноземцева, Т.А. Примерные планы-	Учебно-методическое	ЭБС «Лань»

	конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учебно-методическое пособие / Т.А. Иноземцева, С.В. Радаева. — Томск : ТГУ, 2015. — 140 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/71562">https://e.lanbook.com/book/71562</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	пособие	
7	Кононова, А.П. Техника и методика обучения спортивным способам плавания : учебно-методическое пособие / А.П. Кононова, В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2008. — 34 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44230">https://e.lanbook.com/book/44230</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»
8	Крупницкая, О.Н. Общая физическая подготовка: практикум / О.Н. Крупницкая, Е.С. Потовская, В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2014. — 58 с. — ISBN 978-5-94621-423-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/76740">https://e.lanbook.com/book/76740</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.	Практикум	ЭБС «Лань»
9	Моисеенко, А.В. Футбол в вузе : учебно-методическое пособие / А.В. Моисеенко, В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2011. — 64 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44228">https://e.lanbook.com/book/44228</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»
10	Потовская, Е.С. Атлетическая гимнастика : учебно-методическое пособие / Е.С. Потовская, В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2009. — 80 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44215">https://e.lanbook.com/book/44215</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»
11	Радаева, С.В. Оздоровительная физическая культура студентов специальной медицинской группы вуза : учебно-методическое пособие / С.В. Радаева, В.Г.	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»

	Шилько, А.И. Загrevская. — Томск : ТГУ, 2009. — 63 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44231">https://e.lanbook.com/book/44231</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.		
12	Организация занятий по физическому воспитанию со студентами специальной медицинской группы : учебно-методическое пособие / составители Г.И. Головкин, З.С. Землякова. — Томск : ТГУ, 2015. — 52 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/74552">https://e.lanbook.com/book/74552</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»
13	Шилько, В.Г. Физическое воспитание студентов с использованием личностно-ориентированного содержания технологий избранных видов спорта : учебное пособие / В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2005. — 176 с. — ISBN 5-94621-145-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/80231">https://e.lanbook.com/book/80231</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Учебное пособие	ЭБС «Лань»

*Дополнительные источники:*

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Количество в библиотеке
1	Шилько, В.Г. Социология физической культуры : учебное пособие / В.Г. Шилько. — Томск : ТГУ, 2018. — 416 с. — ISBN 978-5-94621-702-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/112892">https://e.lanbook.com/book/112892</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Учебное пособие	ЭБС «Лань»
2	Иноземцева, Т.А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол»): учебно-методическое пособие / Т.А. Иноземцева, С.В. Радаева. — Томск : ТГУ, 2015. — 140 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» :	Учебно-методическое пособие	ЭБС «Лань»

	[сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/71562">https://e.lanbook.com/book/71562</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.		
3.	Шивринская, С.Е. Урок физической культуры как пространство самовоспитания подростка : монография / С.Е. Шивринская. — 2-е изд. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 158 с. — ISBN 978-5-9765-1531-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/13084">https://e.lanbook.com/book/13084</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Монография	ЭБС «Лань»
4	Вайнер, Э.Н. Краткий энциклопедический словарь : Адаптивная физическая культура : словарь / Э.Н. Вайнер, С.А. Касюнин. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2018. — 144 с. — ISBN 978-5-89349-557-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/109528">https://e.lanbook.com/book/109528</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	словарь	ЭБС «Лань»
5	Варфоломеева, З.С. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика : монография / З.С. Варфоломеева, Е.В. Максимихина, С.Е. Шивринская. — 2-е изд. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 191 с. — ISBN 978-5-9765-1529-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/12961">https://e.lanbook.com/book/12961</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Монография	ЭБС «Лань»
6	Шерин, В.С. Словарь-справочник по правовым основам физической культуры и спорта : словарь-справочник / В.С. Шерин. — Томск : ТГУ, 2011. — 24 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44233">https://e.lanbook.com/book/44233</a> (дата обращения: 17.09.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Словарь-справочник	ЭБС «Лань»

### **Интернет - ресурсы**

1. <http://erudition.ru/>

2. <http://fcior.edu.ru/>
3. <http://www.infosprt.ru/press/fkvot/>
4. <http://www.trainer.h1.ru/>

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнение обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	Выполнение учебных нормативов: Экспертная оценка индивидуальных заданий по гимнастике; экспертная оценка индивидуальных заданий по легкой атлетике, по спортивным играм; экспертная оценка индивидуальных заданий по лыжной подготовке Текущий контроль в форме опроса.
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	
<b>Знания:</b>	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	