



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
_____ Л.А.Юсуфова

УТВЕРЖДЕНА

Распоряжение № 74 от «15» мая 2025г.
Директор _____ С.И. Исмаилова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

специальность 44.02.01 Дошкольное образование

Симферополь – 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «ОУД.09 Физическая культура» для обучающихся специальности 44.02.01 Дошкольное образование составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 № 743, с учетом примерной образовательной программы и федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.05.2023 г. № 371.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании цикловой комиссии
«Общеобразовательные и социально-гуманитарные дисциплины»

от 28.04. 2025 г., протокол № 8

Председатель ЦК _____ Л.Р.Муратова
(подпись)

Организация- разработчик ИПК КИПУ имени Февзи Якубова

Составитель рабочей программы _____ Н.С.Ионкина
(подпись)\

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 9 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 16 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 19 |

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОУД.09 Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «ОУД.09 Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 №743. Приказа Минпросвещения России от 19.03.2024 №171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования».

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК.1.1.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

1.2.1. Цели учебной дисциплины

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «ОУД.09 Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

1.2.2. 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 | 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 |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</p> <p>интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</p> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <p>самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</p> <p>устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</p> <p>определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</p> <p>выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</p> <p>развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</p> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <p>владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</p> <p>выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу,</p> | <p>физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</p> <p>владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <p>владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> |
|--|---|---|

| | | |
|---|---|--|
| | <p>выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</p> <p>анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</p> <p>уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</p> <p>уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</p> <p>выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</p> <p>способность их использования в познавательной и социальной практике</p> | |
| <p>ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p> | <p>готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</p> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <p>понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</p> <p>принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее</p> | <p>уметь использовать разнообразные формы и виды физической 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);</p> <p>владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>владеть основными способами самоконтроля индивидуальных</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <p>координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <p>принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</p> <p>признавать свое право и право других людей на ошибки;</p> <p>развивать способность понимать мир с позиции другого человека;</p> | <p>показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <p>владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> |
| <p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p> | <ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; - В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных | <p>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);</p> <p>владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> |

| | | |
|---|---|---|
| | <p>привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Овладение универсальными регулятивными действиями: - а) самоорганизация: - -- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом 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 приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень | <ul style="list-style-type: none"> - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - 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; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости). |
| <p>ПК.1.1 Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования</p> | <p>определять цели и задачи, содержание и методы организации мероприятий для детей дошкольного возраста.</p> | <p>основы законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования, федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования.</p> |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|--|---------------|
| Объем образовательной программы дисциплины | 146 |
| в т. ч. в форме практической подготовки | 28 |
| в т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 12 |
| практические занятия | 128 |
| Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля) | 28 |
| в т. ч.: | |
| Теоретическое обучение | 4 |
| Практические занятия | 24 |
| Самостоятельная работа | 2 |
| Консультация | 2 |
| Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой | 2 |

| | | | |
|--|--|-------|-------------------|
| | | | |
| | Тема 1.9 Прыжок в длину с разбега. Толкание ядра на результат. Бег 2000м, 3000м. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.10 Техника специальных упражнений бегуна. Техника высокого и низкого стартов Тесты. Бег 100м на время, прыжки в длину с места. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.11 Совершенствование техники бега с низкого старта. Бег 100м. Эстафета. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.12 Совершенствование техники бега с высокого старта. Бег 100м. Эстафета. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.14 Эстафетный бег и передача эстафетной палочки. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.15 Бег 100м. Совершенствование техники метание гранаты с разбега. Бег 2000м. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 1.17 Метания мяча с места в цель. Специальные упражнения бегуна | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема1.18 Совершенствование техники метание гранаты с разбега. Бег 2000м. Совершенствование метания мяча в цель с разбега. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема1. 19 Метание гранаты с разбега. Прыжки в длину с разбега. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема1.20 Сдача контрольных нормативов. Тесты. | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Самостоятельная работа | | |
| | Раздел 2 <i>Профессионально ориентированное</i> | 28/28 | |

| | | | |
|--|--|-----|-------------------------|
| | <i>содержание</i> | | |
| | Тема 2.1 Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления. Составление профиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к группе труда. Подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики. | 6/6 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |
| | Тема 2.2 Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка», задачи профессионально-прикладной физической подготовки, средства профессионально-прикладной физической подготовки | 6/6 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |
| | Тема 2.3 Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств. | 6/6 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |
| | Тема 2.4 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения | 4/4 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |
| | Тема 2.5 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности | 2/2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |
| | Тема 2.6 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений.Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке | 4/4 | ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК1.1 |

| | | | |
|--------------------------------|---|-----------|---------------------|
| | к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО» | | |
| РАЗДЕЛ 3 Гимнастика | | 26 | |
| | Тема 3.1 Классификация видов гимнастики. Одежда, обувь, инвентарь и место занятий Предупреждение травм. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.2 Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Повороты. Перестроения из одной шеренги в три и обратно. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.3 Строевые упражнения. О. Р. У. Перестроения на месте и в движении. Упражнения на гим. скамейке. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.4 Строевые упражнения. О.Р.У. совершенствование кувырка вперед. Переворот боком «колесо». | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.5 Строевые упражнения. О.Р. У. Совершенствование кувырку вперед, назад. Мост из положения, лежа на спине. | 2 | ОК 01, ОК 02 |
| | Тема 3.6 Поднимание туловища из положения, лежа на спине руки за головой. Перестроения, повороты. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.7 Сгибание и разгибание рук в упоре на гимнастической скамейке. Повороты, перестроения. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.8 Совершенствование техники кувырка назад, кувырок вперед. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.9 Совершенствование техники стойки на лопатках с помощью рук (д.), стойка на голове с помощью рук (ю). | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.10 Выполнение акробатического упражнения в целом. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Тема 3.11 Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26-30 движений, выполнение комплекса с музыкальным сопровождением; | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |

| | | | |
|--|--|-----------|----------------------------|
| | <i>Тема 3.12</i> Подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 3.13</i> Выполнение комбинаций в музыкальном сопровождении. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Самостоятельная работа Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26-30 движений, выполнение комплекса с музыкальным сопровождением; | 1 | |
| РАЗДЕЛ 4. Спортивные игры Баскетбол | | 16 | |
| | <i>Тема 4.1</i> Организация и проведение соревнований. Правила соревнований и судейство. Профилактика спортивного травматизма. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.2.</i> Стойки баскетболиста, ведение мяча, ловля и передача на месте и в движении. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.3</i> Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), броски мяча в корзину с места, в движении, | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.4</i> Совершенствование техники ведения мяча, ловли, передачи. Взаимодействие двух и трех игроков без «противника» и с «противником» | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.5</i> Совершенствование техники броска мяча в корзину одной рукой от плеча и двумя руками от головы. Двухсторонняя игра. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.6</i> Совершенствование техники броска мяча в корзину одной рукой от плеча и двумя руками от головы. Двухсторонняя игра. Правила соревнований и судейство. Профилактика спортивного травматизма. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.7</i> Сдача нормативов по баскетболу. | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 08, ПК1.1 |
| | Самостоятельная работа Совершенствование техники броска | 1 | |

| | | | |
|--|---|-----------|---------------------|
| | мяча в корзину одной рукой от плеча и двумя руками от головы. Двухсторонняя игра. Правила соревнований и судейство. Профилактика спортивного травматизма. | | |
| Волейбол | | 18 | |
| | <i>Тема 4.1</i> Организация и проведение соревнований. Правила соревнований и судейство. | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.2</i> Исходное положение (стойки), перемещение, передача, подача; | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.3</i> Прием мяча снизу двумя руками, прием одной рукой. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.4</i> Атакующий удар, блокирование, тактика защиты; | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.5</i> Техника нападающего удара и блокирования. | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.6</i> Двухсторонняя игра. | 4 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Самостоятельная работа | - | - |
| Футбол | | 3 | |
| | <i>Тема 4.1</i> Удар по летящему мячу средней частью ноги, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения. | 1 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.2</i> Техника игры вратаря, штрафной удар по воротам, тактика защиты, тактика нападения; | 1 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | <i>Тема 4.3</i> Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров, игра по правилам; | 1 | ОК 01, ОК 02, ОК 08 |
| | Самостоятельная работа | - | - |
| РАЗДЕЛ V Теоретические сведения | | 15 | |

| | | | |
|--|---|------------|-------------------|
| | Тема 5.1 Врачебный контроль в процессе физического воспитания. Основы лечебной физ-ры. | 4 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 5.2 Общая физическая подготовка. Техника выполнения упражнений силового характера, скоростно-силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию | 2 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 5.3 Ознакомление с техникой выполнения упражнений силового характера, скоростно-силовыми упражнениями, выполнения упражнений на подвижность и координацию. | 4 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Тема 5.4 Развитие ловкости и быстроты в комбинированных эстафетах. | 5 | ОК 01,ОК 02,ОК 08 |
| | Самостоятельная работа | - | - |
| Консультация | | 2 | |
| Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой | | 2 | |
| Всего: | | 146 | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины «ОУД.09 Физическая культура» предусмотрены следующие специальные помещения:

- стадион;
- спортивное оборудование: баскетбольные, волейбольные мячи; щиты, корзины, сетки, стойки, антенны, снаряды для метания, специально – оборудованные секторы для прыжков и метаний, спортивный инвентарь для выполнения общеразвивающих упражнений с предметами (набивные мячи, гантели, тренажеры, экспандеры, обручи, скакалки, мячи и др.), шведская стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты;

- технические средства обучения: музыкальный центр с колонками.

Специальное помещение для организации самостоятельной работы, оснащенное оборудованием:

- компьютерная техника (компьютер с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», принтер, сканер).

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации располагает печатными и электронными образовательными и информационными ресурсами, рекомендованными для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные и (или) электронные издания

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.
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.
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).
4. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобр.организаций: базовый уровень / В.И. Лях. –6-е изд. –М.: Просвещение, 2019. – 255 с.
5. 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: <https://e.lanbook.com/book/109528> (дата обращения: 21.02. 2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. 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: <https://e.lanbook.com/book/12961> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. 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» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/71562> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Крупицкая, О.Н. Общая физическая подготовка: практикум / О.Н. Крупицкая, 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: <https://e.lanbook.com/book/76740> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.
9. 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: <https://e.lanbook.com/book/74552> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Радаева, С.В. Оздоровительная физическая культура студентов специальной медицинской группы вуза : учебно-методическое пособие / С.В. Радаева, В.Г. Шилько, А.И. Загребская. — Томск : ТГУ, 2009. — 63 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/44231> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.
11. 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: <https://e.lanbook.com/book/44233> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
12. 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: <https://e.lanbook.com/book/13084> (дата обращения: 21.02.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей
13. Учительский портал.- URL: <https://www.uchportal.ru/load/31> -Режим доступа: свободный.- Текст : электронный.
14. Педсовет. Новости образования.- URL: <https://pedsovet.org/> -Режим доступа: свободный.-Текст : электронный.
15. Научная электронная библиотека (НЭБ).- URL: <https://www.elibrary.ru/> -Текст: электронный. (дата обращения: 21.02.2025)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины заканчивается зачетом с оценкой

| Общая/профессиональная компетенция | Раздел/Тема | Тип оценочных мероприятия |
|---|--|---|
| ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам | Р.1, темы 1-20 Р.3, темы 3-13 Р.4, темы 4-7 Р.5, темы 5-4 | составление словаря терминов, либо кроссворда защита презентации/доклада-презентации выполнение самостоятельной работы Зачет с оценкой. |
| ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | Р.1, темы 1-20 Р.3, темы 3-13 Р.4, темы 4-7 Р.5, темы 5-4 | -составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей, заполнение дневника самоконтроля защита реферата составление кроссворда Зачет с оценкой. |
| ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности | Р.1, темы 1-20 Р.3, темы 3-13 Р.4, темы 4-7 Р.5, темы 5-4 | фронтальный опрос контрольное тестирование составление комплекса упражнений оценивание практической работы тестирование тестирование (контрольная) зачет с оценкой. |
| ПК 1.1 Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования | Р.2, темы 2-6 П-о/с | работа по теории) демонстрация комплекса ОРУ, сдача контрольных нормативов сдача контрольных нормативов. (контрольное упражнение) сдача нормативов ГТО выполнение упражнений на Зачет с оценкой. |