



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

УТВЕРЖДЕНА
Распоряжение № 74 от «15»мая 2025 г.
Директор _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

специальность 44.02.01 Дошкольное образование

(заочная форма обучения)

Симферополь – 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «СГ.04 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 17.05.2012 г. № 413 (с изменениями и дополнениями).

Рассмотрена:

на заседании цикловой комиссии «Общеобразовательные и социально-гуманитарные дисциплины»

протокол № 8 от «28 » 04.2025 г.

Председатель ЦК _____

Организация-разработчик: ИПК КИПУ имени Февзи Якубова

Разработчик: преподаватель _____ Ионкина Н.С

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ 04. Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «СГ 04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного 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 г. №743.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код и наименование ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; – средства профилактики перенапряжения.
ПК 1.1. Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования	Определять цели и задачи, содержание и методы организации мероприятий для детей дошкольного возраста	Основы законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования, федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования.
ПК 1.3. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья детей раннего и дошкольного возраста, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в их самочувствии.	проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на предмет пригодности и возможности использования в работе с детьми раннего и дошкольного возраста; соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила при организации и проведении физических упражнений с детьми раннего и дошкольного возраста;	общие закономерности физического развития ребенка в раннем и дошкольном возрасте; основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности; наиболее распространенные детские болезни и их профилактику; особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии; теорию и технологии учета возрастных особенностей детей раннего и дошкольного возраста;

	осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого воспитанника, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии;	нормы показателей физического развития;
ПК 1.4. Организовывать процесс воспитания и обучения детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с санитарными нормами и правилами.	определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательном учреждении; определять способы педагогической поддержки воспитанников и их родителей	содержание и формы организации и проведения просветительской работы с сотрудниками и родителями (законными представителями) детей раннего и дошкольного возраста;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	174
в т.ч. в форме практической подготовки	7
в т. ч.:	
теоретическое обучение	10
практические занятия	4
<i>Самостоятельная работа</i>	158
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Лёгкая атлетика		5/2	
Тема 1. Средства физической культуры. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики.	Содержание учебного материала	2	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики. Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений.	1	
	Практические занятия	1	
	Практическое занятие 1. Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Зоны риска физического здоровья воспитателя.	1	
	Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений.	1	
Тема 3. Метание мяча	Содержание учебного материала	1	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Метание небольших предметов до 80-100 гр. на дальность	1	
	Практические занятия	1	
	Практическое занятие 2. Совершенствование техники метания малого мяча. Метание небольших предметов до 80-100 гр. на дальность. Метания мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Метание мяча с места в цель и с разбега на дальность.	1	
Тема 4. Спортивная	Содержание учебного материала	2	ОК 08, ПК

ходьба	Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы.	1	1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
Самостоятельная работа		38	
Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Совершенствование техники высокого старта. Бег с высокого старта и финиширование. Техника выполнения прыжка в длину с разбега Совершенствование техники прыжка в длину с места. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.		5 4 5 5 4 5 5 5	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
Раздел 2. Спортивные игры (Волейбол)		5/2	
Тема 5. Техника передвижения волейболиста.	Содержание учебного материала	2	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	1	
Тема 6. Прием и передача мяча.	Содержание учебного материала	1	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Техника выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач.	1	
	Практические занятия	1	
	Практическое занятие 3. Выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач: верхняя и нижняя передача мяча и прием. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Передачи в парах на месте. Упражнения во встречных колоннах.	1	
Тема 7. Подача мяча	Содержание учебного материала	2	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Техника и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	2	
	Практические занятия	1	
	Практическое занятие 4. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных	1	

	способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).		
Самостоятельная работа		120	
Спортивные игры. Виды и классификация.		8	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
Баскетбол. Перемещение в стойке, остановка, повороты, ускорение.		8	
Передачи мяча отскоком от площадки, от груди, из – за головы, от плеча на месте и в движении.		8	
Совершенствование техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойках. Техника штрафного броска.		8	
Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите.		8	
Лыжная подготовка. Освоение техники классических ходов: скользящего шага, попеременного двухшажного хода.		8	
Подъем в гору: скользящим ходом, ступающим шагом, «полуёлочкой», «ёлочкой».		8	
ТБ на занятиях гимнастикой.		8	
Освоение комплексов танцевальной аэробики, освоение комплексов атлетической гимнастики.		8	
Оценка техники выполнения акробатической комбинации из 6-8 элементов.		8	
Комплекс упражнений с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.		8	
Комплексов аэробики, степ-аэробики		8	
Комплекс упражнений для развития координации движений.		8	
Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.		8	
Составление и демонстрация комплекса индивидуальной тренировки.		8	
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой		2	
Всего:		174	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

- универсальный спортивный зал, открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

- 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 издания

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник [для всех специальностей СПО] /А.А. Бишаева. - [7-е изд., стер.] - Москва: Издательский дом Академия, 2020.- 320с.-ISBN 978-5-4468-9406-2 -Текст: непосредственный

3.2.2. Электронные издания

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

2. Конеева, Е. В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535163>

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544814>

3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542058>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины заканчивается зачетом с оценкой

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения.	Умения демонстрировать знания роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; Оперировать знаниями основ ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений; — основными факторами риска труда воспитателя, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности; значимость физической культуры в профессиональной деятельности — о средствах восстановления, профилактики перенапряжения;	Тестирование
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных	— Умения использовать содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств. оценка заданий при

и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности; – Демонстрация готовности к выполнению нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО); – Применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; – Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности воспитатель.	проведении текущего контроля; промежуточной аттестации; зачет с оценкой.
---	--	---