



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 № 71 от «20» 04.2026 г.

Директор _____ С.И. Исмаилова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

(заочная форма обучения)

Симферополь – 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «СГ.04 Физическая культура» для обучающихся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 г. №742, с учетом примерной образовательной программы.

Рассмотрена:

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

протокол № 8 от «17» 04. 2026г.

Председатель ЦК _____ Ф.Н. Муслятдинова
(подпись)

Организация-разработчик: ИПК КИПУ имени Февзи Якубова

Разработчик: преподаватель _____ Н.С. Ионкина
(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

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 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 г. №742.

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 данной 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. Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования	определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей методики преподавания учебного предмета, возраста, класса, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и в соответствии с современными требованиями к уроку (дидактическими, организационными, методическими, санитарно-гигиеническими нормами);	требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерные основные образовательные программы начального общего образования и примерных адаптированных основных образовательных программ начального общего образования;
ПК 1.3. Контролировать и корректировать процесс	проводить педагогический контроль на учебных занятиях;	основы контрольно-оценочной деятельности учителя

обучения, оценивать результат обучения обучающихся	осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов; применять различные формы и методы диагностики результатов обучения; оценивать образовательные результаты	начальных классов; критерии оценивания и виды учета успеваемости обучающихся
ПК 1.4. Анализировать процесс и результаты обучения обучающихся	анализировать учебные занятия анализировать и интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся	требования к учебным занятиям; требования к результатам обучения обучающихся начальных классов; пути достижения образовательных результатов; педагогические и гигиенические требования к организации обучения на учебных занятиях
ПК 1.7. Выстраивать траекторию профессионального роста на основе результатов анализа процесса обучения и самоанализа деятельности	анализировать эффективность процесса обучения; осуществлять самоанализ при организации образовательного процесса; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся; проектировать траекторию профессионального роста	способы анализа и самоанализа профессиональной обучающей деятельности; способы проектирования траектории профессионального роста; способы осуществления деятельности в соответствии с выстроенной траекторией профессионального роста; образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся

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	170
в т.ч. в форме практической подготовки	7
в т. ч.:	
теоретическое обучение	6
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, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Лёгкая атлетика		3/2	
Тема 1. Средства физической культуры. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики.	Содержание учебного материала	1	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.		
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 ходьба	Содержание учебного материала	1	ОК 08, ПК 1.1, ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
	Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы.	1	
Самостоятельная работа		38	

Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности.		5	ОК 08, ПК 1.1, ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5
Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Совершенствование техники высокого старта.		4	
Бег с высокого старта и финиширование.		5	
Техника выполнения прыжка в длину с разбега		5	
Совершенствование техники прыжка в длину с места.		4	
Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.		5	
Раздел 2. Спортивные игры (Волейбол)		3/2	
Тема 5. Техника передвижения волейболиста.	Содержание учебного материала	1	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	1	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 способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	1	
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	
		8	

Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите.		
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.		
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	
	8	
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой	2	
Всего:	170	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- спортивный зал (по договор о сетевом взаимодействии с МБОУ «Почтовская СОШ», Бахчисарайского района)
- спортивная площадка;
- 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 (компьютеры 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 электронные издания

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233> (дата обращения: 20.02.2026).

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, 2022. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497734> (дата обращения: 20.02.2026).

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст :

электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849> (дата обращения: 20.02.2026).

3.2.2. Дополнительные источники

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : пресс-служба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>.
2. ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru>.
3. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: <https://olympic.ru/>.

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>
<i>Перечень знаний, формируемых в рамках освоения дисциплины</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.	демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; знает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений; знает основные факторы риска труда воспитателя, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности; значимость физической культуры в профессиональной деятельности знает средства восстановления, профилактики перенапряжения;	тестирование, зачет с оценкой.
<i>Перечень умений, формируемых в рамках освоения дисциплины</i>		
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами	использует содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности; демонстрирует готовность к выполнению нормативов всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО); применяет рациональные приемы	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирование физических качеств. зачет с оценкой.

профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	двигательных функций в профессиональной деятельности; владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности воспитатель.	
--	--	--