



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 № 60 от «16» 05 2024г.

Директор _____ С.И.Исмаилова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

специальность 44.02.01 Дошкольное образование

(заочная форма обучения)

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 по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 г. №743, с учетом примерной основной образовательной программы.

Рассмотрена:

на заседании цикловой комиссии «Дошкольное образование »,
протокол № 9 от «22» 04 2024г.

Председатель ЦК _____ Н.Э.Джемил

Организация-разработчик: ИПК КИПУ имени Февзи Якубова

Разработчик: преподаватель _____ Н.С. Ионкина

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 44.02.01 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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.

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	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

	возраста; осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого воспитанника, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии;	раннего и дошкольного возраста; 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;
ПК 3.5. Осуществлять организацию процесса обучения по основным общеобразовательным программам дошкольного образования в соответствии с санитарными нормами и правилами	анализировать программные документы в области обучения детей раннего и дошкольного возраста по образовательной области «Познавательное развитие» и «Речевое развитие».	приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного и начального общего образования, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство.

В рамках программы учебной дисциплины планируется достижение личностных результатов:

Код личностных результатов	Личностные результаты
ЛР2	Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками
ЛР7	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР8	Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов

	и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к приумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение
ЛР9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике

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, формированию 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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
Самостоятельная работа		38	
<p>Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции.</p> <p>Совершенствование техники высокого старта.</p> <p>Бег с высокого старта и финиширование.</p> <p>Техника выполнения прыжка в длину с разбега</p> <p>Совершенствование техники прыжка в длину с места.</p> <p>Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.</p>		<p>5</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>	<p>ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.</p>
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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	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. Поддача мяча	Содержание учебного материала	2	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.3.5, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	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, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
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 при сетевом взаимодействии с Почтовской школой 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. 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.

3.2.2. Дополнительные источники

1. 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

2. 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).

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.

4. 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: <https://e.lanbook.com/book/112892> (дата обращения: 22.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. 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: 22.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. 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: 22.02.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. 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: 22.02.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. 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: 22.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. 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: 22.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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 Зачет с оценкой.
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.	– Умения использовать содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых 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.	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств. зачет с оценкой.