



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 2024 г.
Директор _____ С.И. Исмаилова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Симферополь – 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «ОУД.09 Физическая культура» для обучающихся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 № 742, с учетом примерной основной образовательной программы, федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 и положений федеральной образовательной программы среднего общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2012 г. № 371.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании цикловой комиссии «Базовые и социально-гуманитарные дисциплины» протокол №8 от 17 апреля 2024г.,

Председатель ЦК _____ Л.Р.Муратова
(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	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20

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 частью общеобразовательного 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: ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 1.2, а также личностных результатов ЛР6, ЛР 9.

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	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, 	<ul style="list-style-type: none"> - 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики

	<p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в 	<p>заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <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.
--	---	---

	<p>познавательную и практическую области жизнедеятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; <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> <ul style="list-style-type: none"> - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на 	<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> <ul style="list-style-type: none"> - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; <p>владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>

	ошибки; развивать способность понимать мир с позиции другого человека;	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- 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; <p>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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>владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <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; <p>иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).</p>
ПК 1.2.	проводить учебные занятия на	- знать основные закономерности

<p>Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами</p>	<p>основе системно-деятельностного подхода; использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности, обучающихся на уроках с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся; использовать современные возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; - создавать педагогически целесообразную атмосферу на уроке (система взаимоотношений, общее настроение)</p>	<p>возрастного развития, стадии и кризисы развития ребенка младшего школьного возраста, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики</p>
---	--	---

В рамках программы учебной дисциплины планируется достижение личностных результатов.

Код личностных результатов	Личностные результаты
ЛР 6	Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

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
Самостоятельная работа	2
Консультация	2
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой	2

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия	Объем, ак. ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1 Легкая атлетика		34	
Тема 1.	<p>Содержание учебного материала Тема 1.1 Теоретические сведения по л/ атлетике. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Совершенствование техники бега с низкого старта на короткие дистанции. Прыжок в длину с разбега</p> <p>Тема 1.2 Техника специальных упражнений бегуна. Техника высокого и низкого стартов. Совершенствование техники бега с низкого старта на короткие дистанции. Прыжок в длину с разбега</p> <p>Тема 1.3 Техника прыжка в высоту с разбега. Метание гранаты. Бег по пересеченной местности.</p> <p>Тема 1.4 Прыжки в высоту с разбега на результат. Метание гранаты на дальность. Бег на дистанции 2000м.</p> <p>Тема 1.5 Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Бег на дистанции 2км.</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9</p> <p>ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9</p> <p>ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9</p> <p>ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9</p> <p>ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9</p>

Тема 1.6 Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега. Совершенствование техники толкания ядра. Эстафетный бег 4X100м.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.8 Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Бег на дистанции 2км.	2	ОК 01,ОК 02,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.9 Прыжок в длину с разбега. Толкание ядра на результат. Бег 2000м, 3000м.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
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,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.11 Совершенствование техники бега с низкого старта. Бег 100м. Эстафета.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.12 Совершенствование техники бега с высокого старта. Бег 100м. Эстафета.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.14 Эстафетный бег и передача эстафетной палочки.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.15 Бег 100м. Совершенствование техники метание гранаты с разбега. Бег 2000м.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема 1.17 Метания мяча с места в цель. Специальные упражнения бегуна	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема1.18 Совершенствование техники метание гранаты с разбега. Бег 2000м. Совершенствование метания мяча в цель с разбега.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема1. 19 Метание гранаты с разбега. Прыжки в длину с разбега.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
Тема1.20 Сдача контрольных нормативов. Тесты.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР 9

	Самостоятельная работа		
	Раздел 2 Профессионально ориентированное содержание	28/28	
	Тема 2.1 Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления. Составление профессиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к группе труда. Подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики.	6/6	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК 1.2
	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,ПК 1.2
	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,ПК 1.2
	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,ПК 1.2
	Тема 2.5 Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности	2/2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК 1.2

	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 к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	4/4	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ПК 1.2
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,ЛР6,ЛР9
	Тема 3.2 Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Повороты. Перестроения из одной шеренги в три и обратно.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР 9
	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,ЛР6,ЛР 9
	Тема 3.4 Строевые упражнения. О.Р.У. совершенствование кувырка вперед. Переворот боком «колесо».	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема3.5 Строевые упражнения. О.Р. У. Совершенствование кувырку вперед, назад. Мост из положения, лежа на спине.	2	ОК 01,ОК 02,ЛР 9,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.6 Поднимание туловища из положения, лежа на спине руки за головой. Перестроения, повороты.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.7 Сгибание и разгибание рук в упоре на гимнастической скамейке. Повороты, перестроения.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.8 Совершенствование техники кувырка назад, кувырок вперед.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	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,ЛР 6,ЛР 9

	Тема 3.10 Выполнение акробатического упражнения в целом.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.11 Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26-30 движений, выполнение комплекса с музыкальным сопровождением;	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.12 Подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 3.13 Выполнение комбинаций в музыкальном сопровождении.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Самостоятельная работа Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26-30 движений, выполнение комплекса с музыкальным сопровождением;	1	
РАЗДЕЛ 4. Спортивные игры Баскетбол		37	
	Тема 4.1 Организация и проведение соревнований. Правила соревнований и судейство. Профилактика спортивного травматизма.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9
	Тема 4.2. Стойки баскетболиста, ведение мяча, ловля и передача на месте и в движении.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР9.
	Тема 4.3 Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), броски мяча в корзину с места, в движении,	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР9.
	Тема 4.4 Совершенствование техники ведения мяча, ловли, передачи.	2	ОК 01,ОК 02,ОК

	Взаимодействие двух и трех игроков без «противника» и с «противником»		08,ЛР 6,ЛР 9.
	Тема 4.5 Совершенствование техники броска мяча в корзину одной рукой от плеча и двумя руками от головы. Двухсторонняя игра.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР9.
	Тема 4.6 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,ЛР 6,ЛР9.
	Тема 4.7 Сдача нормативов по баскетболу.	4	ОК 01,ОК 02,ОК 08
	Самостоятельная работа Совершенствование техники броска мяча в корзину одной рукой от плеча и двумя руками от головы. Двухсторонняя игра. Правила соревнований и судейство. Профилактика спортивного травматизма.	1	
Волейбол		18	
	Тема 4.1 Организация и проведение соревнований. Правила соревнований и судейство.	4	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9.
	Тема 4.2 Исходное положение (стойки), перемещение, передача, подача;	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР 9.
	Тема 4.3 Прием мяча снизу двумя руками, прием одной рукой.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР 6,ЛР9.
	Тема 4.4 Атакующий удар, блокирование, тактика защиты;	4	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР9.
	Тема 4.5 Техника нападающего удара и блокирования.	2	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР9.
	Тема 4.6 Двусторонняя игра.	4	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР 9.

	Самостоятельная работа	-	-
Футбол		3	
	Тема 4.1 Удар по летящему мячу средней частью ноги, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения.	1	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР 9.
	Тема 4.2 Техника игры вратаря, штрафной удар по воротам, тактика защиты, тактика нападения;	1	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР9
	Тема 4.3 Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров, игра по правилам;	1	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР9
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,ЛР6,ЛР9.
	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,ЛР 6,ЛР9.
	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,ЛР 6,ЛР9
	Тема 5.4 Развитие ловкости и быстроты в комбинированных эстафетах.	5	ОК 01,ОК 02,ОК 08,ЛР6,ЛР9

	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:

- 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 по сетевому взаимодействию с МБОУ Почтовская СОШ Бахчисарайского района Республики Крым 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. 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: 01.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. 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: 01.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. 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: 01.03.2024). — Режим доступа: для авториз. Пользователей..
8. 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: 01.03.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Радаева, С.В. Оздоровительная физическая культура студентов специальной медицинской группы вуза : учебно-методическое пособие / С.В. Радаева, В.Г. Шилько, А.И. Заглевская. — Томск : ТГУ, 2009. — 63 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/44231> (дата обращения: 01.03.2024). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.
10. 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: 01.03.2024). — Режим доступа: для авториз. Пользователей
11. Учительский портал.- URL: <https://www.uchportal.ru/load/101> -Режим доступа: свободный.- Текст : электронный.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины заканчивается зачетом с оценкой

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
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	защита доклада- презентации 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, защита реферата, 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	демонстрация комплекса ОРУ, сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) сдача нормативов ГТО зачет с оценкой
ПК 1.2 Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами	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, защита реферата, зачет с оценкой