



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**

### **СГ.04 Физическая культура**

специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

(заочная форма обучения)

Симферополь – 2024 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 основной образовательной программы.

Рассмотрена:

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**

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

# 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, ЛР 2, ЛР 7, ЛР 8, ЛР 9, ЛР 11.

## 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
ПК1.1. 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;
ПК1.3.	проводить педагогический	основы контрольно-оценочной

Контролировать и корректировать процесс обучения, оценивать результат обучения обучающихся	контроль на учебных занятиях; осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов; применять различные формы и методы диагностики результатов обучения; оценивать образовательные результаты	деятельности учителя 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
ПК1.7. 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

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 и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной

	принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей
<b>ЛР8</b>	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
<b>ЛР9</b>	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
<b>ЛР11</b>	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
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	170
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	7
в т. ч.:	
теоретическое обучение	6
практические занятия	4
<i>Самостоятельная работа</i>	158
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой</b>	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
<b>Раздел 1. Лёгкая атлетика</b>		<b>3/2</b>	
<b>Тема 1. Средства физической культуры. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	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	
	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие 1.</b> Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Зоны риска физического здоровья воспитателя.	1	
	Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений.		
<b>Тема 3. Метание мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	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	
	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие 2.</b> 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	
<b>Тема 4. Спортивная</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	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.
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>38</b>	
<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>
<b>Раздел 2. Спортивные игры (Волейбол)</b>		<b>3/2</b>	
<b>Тема 5. Техника передвижения волейболиста.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ОК 08, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	1	
<b>Тема 6. Прием и передача мяча.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ОК 08, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	Техника выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач.	1	
	<b>Практические занятия</b> <b>Практическое занятие 3.</b> 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	
<b>Тема 7. Подача мяча</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ОК 08, ПК 1.1., ПК.1.3, ПК.1.4,
	Техника и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	2	

	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>	ПК.3.5, ЛР2, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР11.
	<b>Практическое занятие 4.</b> Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	1	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>120</b>	
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	
Льжная 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	
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>170</b>	

### 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 (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: 22.02.2024). — 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>
<b><i>Перечень знаний, формируемых в рамках освоения дисциплины</i></b>		
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.
<b><i>Перечень умений, формируемых в рамках освоения дисциплины</i></b>		
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.	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 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.	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирование физических качеств. зачет с оценкой.