



**Приложение 2
к ОПОП-П по специальности
44.02.01 Дошкольное
образование**

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Омский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «ОмГПУ»)**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Университетского колледжа

 **М.А. Саньков**
31.08.2026 г.



**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
по дисциплине СГ.04
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**для специальности
44.02.01 Дошкольное образование**

2026 г.

Рабочая учебная программа по дисциплине «Физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.01 Дошкольное образование (Приказ Министерства просвещения России от 17.08.2022 № 743).

Организация-разработчик:
Университетский колледж ОмГПУ.

Разработчики:
Осипенко О.И., ст. методист Университетского колледжа ОмГПУ.
Рассказова Ю.В., преподаватель физической культуры Университетского колледжа ОмГПУ.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	25
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	27

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01. Дошкольное образование

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	организовывать работу коллектива и команды взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива психологические особенности личности
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 Осуществлять педагогическую деятельность по реализации	<u>Навыки:</u> организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного	содержания федеральной образовательной программы дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие»

программ дошкольного образования в области физического развития детей раннего и дошкольного возраста	возраста <u>Умения:</u> разрабатывать и оформлять документацию, обеспечивающую организацию мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста оформлять настольно-печатные материалы, документы на ИКТ-оборудовании осуществлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическое сопровождение федеральной образовательной программы дошкольного образования в части организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста сочетать объяснение с показом физических упражнений детям раннего и дошкольного возраста подавать команды и распоряжения в процессе выполнения физических упражнений детьми раннего и дошкольного возраста соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики в процессе организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста	законов развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования, федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного и начального общего образования теории и технологии учета возрастных особенностей детей требований к структуре, содержанию и оформлению документации, обеспечивающей организацию мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста основ теории и методики физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста основных психологических подходов: культурно-исторический, деятельностный и личностный, способы их применения в процессе организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста общих закономерностей физического развития ребенка в раннем и дошкольном возрасте основных закономерностей возрастного развития, стадий кризисов развития, социализации личности теории и технологии учета возрастных особенностей детей раннего и дошкольного возраста содержания и форм организации и проведения просветительской работы с сотрудниками и родителями (законными представителями) детей раннего и дошкольного возраста
---	--	---

		требований к структуре, содержанию и оформлению карты педагогической диагностики (мониторинга) оценки физического развития и физической подготовленности и результатов освоения детьми раннего и дошкольного возраста федеральной образовательной программы дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие»
ПК 1.2Создавать развивающую предметно-пространственную среду, позволяющую обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья	<u>Навыки:</u> анализа развивающей предметно-пространственной среды, позволяющей обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе с ограниченными возможностями, в групповой комнате детского сада, физкультурном зале, на спортивной площадке ДОО формирования развивающей предметно-пространственной среды, позволяющей обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе с ограниченными возможностями здоровья (для организованной и самостоятельной двигательной деятельности) <u>Умения:</u> определять цели, задачи, содержание и методы организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста, в том числе в условиях инклюзивного образования в соответствии с целью и задачами планировать содержание мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста, в том числе в условиях инклюзивного образования	основных закономерностей возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики Педагогических закономерностей организации образовательного процесса в контексте мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста знать характеристику основных компонентов РППС (оборудование физкультурного зала, спортивной площадки, ЦДА групповой комнаты) создаваемой в групповой комнате, физкультурном зале, на спортивной площадке ДОО, позволяющую обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе детей с ОВЗ знать требования к развивающей предметно-пространственной среде (насыщенность среды, трансформируемость пространства, полифункциональность материалов, вариативность, доступность, безопасность), позволяющей обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и

	по итогам наблюдения определять степень реализации целей и задач в процессе проведения разнообразных мероприятий двигательного режима с детьми раннего и дошкольного возраста: утренней гимнастики (зарядки), гимнастики после дневного сна, подвижных игр, элементов спортивных игр и упражнений, физкультурных занятий, двигательной активности на прогулке, физкультурного досуга, ритмической гимнастики по итогам самостоятельного проведения оценивать эффективность выбранных методов и приёмов в процессе организации и проведения разнообразных мероприятий двигательного режима с детьми раннего и дошкольного возраста: утренней гимнастики (зарядки), гимнастики после дневного сна, подвижных игр, элементов спортивных игр и упражнений, физкультурных занятий, двигательной активности на прогулке, физкультурного досуга, ритмической гимнастики проводить педагогическую диагностику (мониторинг), позволяющую оценить результаты освоения детьми раннего и дошкольного возраста федеральной образовательной программы дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие» использовать в практике организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста, психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и личностный использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех	дошкольного возраста, в том числе детей с ОВЗ норм показателей физического развития инструментария (видов диагностик), применяемых для оценки физического развития и физической подготовленности
--	---	---

	воспитанников, в том числе с особыми потребностями в образовании: детей, проявивших выдающиеся способности; детей, для которых русский язык не является родным; детей с ограниченными возможностями здоровья описывать основные компоненты, характеризующие РППС, созданную в групповой комнате, физкультурном зале, спортивной площадке ДОО, позволяющую обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе с ограниченными возможностями здоровья оценивать и делать выводы об уровне оснащённости РППС с учетом возможности использования с детьми с ОВЗ оценивать и делать выводы о степени безопасности и психологического комфорта РППС, с учетом возможностей детей с ОВЗ оценивать и делать выводы о возможности трансформации пространства в групповой комнате, спортивном зале в зависимости от образовательной ситуации, темы образовательной деятельности, целей, задач, планируемых результатов, с учетом состояния детей с ОВЗ оценивать и делать выводы о степени полифункциональности спортивного инвентаря и оборудования, возможности использования в разных видах двигательной активности, с учетом возможностей детей с ОВЗ оценивать и делать выводы о степени отражения в РППС интеграции образовательной области «Физическое развитие» с образовательными областями «социально-коммуникативное развитие», «речевое развитие», «художественно-эстетическое	
--	---	--

	развитие», «познавательное развитие» преобразовывать развивающую предметно-пространственную среду, позволяющую обеспечить разнообразную двигательную активность детей раннего и дошкольного возраста, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья создавать пространство в спортивном зале в зависимости от образовательной ситуации, темы образовательной деятельности, цели, задач, планируемых результатов, с учетом состояния детей с ОВЗ создавать пространство в групповой комнате в зависимости от образовательной ситуации, темы образовательной деятельности, цели, задач, планируемых результатов, с учетом детей с ОВЗ использовать спортивный инвентарь в разных видах детской деятельности, с учетом детей с ОВЗ	
ПК 4.2 Организовывать и проводить досуговую деятельность, развлечения в группах детей раннего и дошкольного возраста	<u>Навыки:</u> организации и проведения досуговой деятельности, развлечений в группах детей раннего и дошкольного возраста <u>Умения:</u> анализировать конспекты (технологические карты) мероприятий по реализации патриотического, социального, познавательного, физического и оздоровительного, трудового, этико-эстетического воспитания детей раннего и дошкольного возраста разрабатывать и оформлять конспекты (технологические карты) мероприятий, направленных на реализацию патриотического, социального, познавательного, физического и оздоровительного, трудового, этико-эстетического воспитания детей раннего и дошкольного	цели, задач и содержания досуговой деятельности и развлечений в группах детей раннего и дошкольного возраста видов, форм и методов организации досуговой деятельности и развлечений в ДОО основных требований к организации досуговой деятельности в ДОО критериев и показателей эффективности организации досуговой деятельности

	возраста анализировать конспекты (технологические карты) досуговой деятельности и развлечений по реализации направлений (патриотическое, социальное, познавательное, физическое и оздоровительное, трудовое, этико-эстетическое) воспитания детей раннего и дошкольного возраста разрабатывать и оформлять конспекты (технологические карты) досуговой деятельности и развлечений по реализации направлений (патриотическое, социальное, познавательное, физическое и оздоровительное, трудовое, этико-эстетическое) воспитания детей раннего и дошкольного возраста демонстрировать и анализировать проведение досуговой деятельности и развлечений по реализации направлений (патриотическое, социальное, познавательное, физическое и оздоровительное, трудовое, этико-эстетическое) воспитания детей раннего и дошкольного возраста составлять рекомендации по созданию информационной среды образовательной группы в соответствии с возрастными особенностями детей дошкольного возраста анализировать рабочие программы воспитания ДОО	
--	---	--

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 182 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося было 162 часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах	Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины			182
в т. ч.:			162
<i>теоретическое обучение</i>			0
<i>практические занятия</i>			162
<i>консультация</i>			2
<i>Самостоятельная работа</i>			16
Промежуточная аттестация: зачет (3-7 сем), дифференцированный зачет (8 сем)			2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура».

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
Курс 2 семестр 3			
Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Тема 1.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники бега на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Кроссовая подготовка. Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км в свободное время	2	

Тема 1.3. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Подвижные игры различной интенсивности. Подготовить и провести с группой студентов 1 подвижную игру.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий		
Тема 1.4. Гимнастика	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Аэробика: Совершенствование основных видов перемещений, базовых шагов, движений руками. Методы регулирования нагрузки в ходе занятий аэробикой.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
Тема 2.6. Спортивные игры	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Баскетбол. Совершенствование техники перемещения по площадке. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Совершенствование техники ловли мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Баскетбол. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места, в движении. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игрока без мяча и с мячом, групповые и командных действий игроков. Двусторонняя игра.	2	
	Баскетбол. Совершенствование тактики игры в защите в баскетболе. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Двусторонняя игра.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Итого (3 семестр)		28/2	
Курс 2 семестр 4			
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Совершенствование профессионально значимых двигательных действий. Выполнение комплексов утренней гимнастики. Выполнение комплексов дыхательных упражнений	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование профессионально значимых физических качеств. Выполнение комплексов упражнений для глаз. Выполнение комплексов упражнений по	2	

результатов	профилактике плоскостопия.		
	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	2	
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта.	4	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта.		
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Совершенствование техники выполнения построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Выполнение комплексов утренней гимнастики	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.2. Спортивные игры	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Баскетбол. Совершенствование техники перемещения по площадке. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Совершенствование техники ловли мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Баскетбол. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места, в движении. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игрока без мяча и с мячом, групповые и командных действий игроков. Двусторонняя игра.	2	
	Баскетбол. Совершенствование тактики игры в защите в баскетболе. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Двусторонняя	2	

	игра.		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.3. Гимнастика	Совершенствование техники выполнения движений в шейпинге : общая характеристика шейпинга, основные средства, виды упражнений.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники выполнения движений в пилатесе : общая характеристика пилатеса, виды упражнений.	2	
	Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушением осанки в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.5. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники бега на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км в свободное время		
Тема 2.6. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Итого (4 семестр)		38 /2	
Итого за 2 курс		66/4	

Курс 3 семестр 5			
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Тема 2.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники бега на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км в свободное время		
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Волейбол. Совершенствование техники стоек в волейболе, перемещений по площадке. Совершенствование техники приёма мяча, передачи мяча.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Волейбол. Совершенствование техники подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Учебная игра.	2	
	Волейбол. Совершенствование техники нападающих ударов. Совершенствование техники блокирования нападающего удара. Страховка у сетки. Учебная игра.	2	
	Волейбол. Расстановка игроков. Совершенствование тактики игры в защите, в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игроков с мячом, без мяча. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		

Тема 2.4. Гимнастика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Воспитание выносливости в процессе занятий избранными видами гимнастики. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	4	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.	2	
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время		
Итого (5 семестр)		28 /2	
Курс 3 семестр 6			
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта.	2	
Тема 3.2. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время		
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Спортивные игры	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Волейбол. Совершенствование техники стоек в волейболе, перемещений по площадке. Совершенствование техники приёма мяча, передачи мяча.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1

	Волейбол. Совершенствование техники подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Учебная игра.	2	ПК 1.3
	Волейбол. Совершенствование техники нападающих ударов. Совершенствование техники блокирования нападающего удара. Страховка у сетки. Учебная игра.	2	
	Волейбол. Расстановка игроков. Совершенствование тактики игры в защите, в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игроков с мячом, без мяча. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Воспитание выносливости в процессе занятий избранными видами гимнастики. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
Тема 2.4. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники бега на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
Тема 2.5. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
ИТОГО (6 семестр)		26 /2	
Итого за 3 курс		54/4	

Курс 4 семестр 7			
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Тема 2.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники бега на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км в свободное время	2	
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	2	
Итого (7 семестр)		20 /4	
Курс 4 семестр 8			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1

достижении высоких профессиональных результатов	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	2	ПК 1.3
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта.	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта.	2	
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднятие туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Консультация		2	
Дифференцированный зачет		2	
Итого 8 семестр		22/4/2/2	
Итого за 4 курс		42/8/2/2	
Всего: 182 ч.		162/16/2/2	

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура» для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

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
Курс 2 семестр 3			
Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания. Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
Тема 1.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники ходьбы на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости. Совершенствование техники ходьбы на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации. Совершенствование техники ходьбы на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша. Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2 2 2 2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3

	Самостоятельная работа обучающихся: Кроссовая подготовка. Ходьба по стадиону. Ходьба по пересечённой местности до 5 км в свободное время	2	
Тема 1.3. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Подвижные игры различной интенсивности. Подготовить и провести с группой студентов 1 подвижную игру.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий		
Тема 1.4. Гимнастика	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Аэробика: Совершенствование основных видов перемещений, базовых шагов, движений руками. Методы регулирования нагрузки в ходе занятий аэробикой.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
Тема 2.6. Спортивные игры	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Баскетбол. Совершенствование техники перемещения по площадке. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Совершенствование техники ловли мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола (с учетом своего заболевания).	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Баскетбол. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места, в движении. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игрока без мяча и с мячом, групповые и командных действий игроков. Двусторонняя игра (с учетом своего заболевания)..	2	
	Баскетбол. Совершенствование тактики игры в защите в баскетболе. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Двусторонняя игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Итого (3 семестр)		28/2	
Курс 2 семестр 4			
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Совершенствование профессионально значимых двигательных действий. Выполнение комплексов утренней гимнастики. Выполнение комплексов дыхательных упражнений	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1

достижении высоких профессиональных результатов	Совершенствование профессионально значимых физических качеств. Выполнение комплексов упражнений для глаз. Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия.	2	ПК 1.3
	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	2	
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта (с учетом своего заболевания).	4	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта (с учетом своего заболевания).		
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Совершенствование техники выполнения построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами (с учетом своего заболевания).	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Выполнение комплексов утренней гимнастики	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.2. Спортивные игры	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Баскетбол. Совершенствование техники перемещения по площадке. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Совершенствование техники ловли мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола (с учетом своего заболевания).	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Баскетбол. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу с места, в движении. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники	2	

	индивидуальных действий игрока без мяча и с мячом, групповые и командных действий игроков. Двусторонняя игра (с учетом своего заболевания).		
	Баскетбол. Совершенствование тактики игры в защите в баскетболе. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Двусторонняя игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.3. Гимнастика	Совершенствование техники выполнения движений в шейпинге : общая характеристика шейпинга, основные средства, виды упражнений.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники выполнения движений в пилатесе : общая характеристика пилатеса, виды упражнений.	2	
	Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушением осанки в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.5. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники ходьбы на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники ходьбы на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники ходьбы на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Ходьба по стадиону. Ходьба по пересечённой местности до 5 км в свободное время		
Тема 2.6. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		

Итого (4 семестр)		38 /2	
Итого за 2 курс		66/4	
Курс 3 семестр 5			
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Тема 2.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники ходьбы на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники ходьбы на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники ходьбы на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Ходьба по стадиону. Ходьба по пересечённой местности до 5 км в свободное время		
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Волейбол. Совершенствование техники стоек в волейболе, перемещений по площадке. Совершенствование техники приёма мяча, передачи мяча.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Волейбол. Совершенствование техники подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Учебная игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Волейбол. Совершенствование техники нападающих ударов. Совершенствование техники блокирования нападающего удара. Страховка у сетки. Учебная игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Волейбол. Расстановка игроков. Совершенствование тактики игры в защите, в	2	

	нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игроков с мячом, без мяча. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра (с учетом своего заболевания).		
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий		
Тема 2.4. Гимнастика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Воспитание выносливости в процессе занятий избранными видами гимнастики. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	4	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.	2	
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	6	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время		
Итого (5 семестр)		28 /2	
Курс 3 семестр 6			
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта (с учетом своего заболевания).	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта (с учетом своего заболевания).	2	
Тема 3.2. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в		

	течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время		
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Спортивные игры	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Волейбол. Совершенствование техники стоек в волейболе, перемещений по площадке. Совершенствование техники приёма мяча, передачи мяча.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Волейбол. Совершенствование техники подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Учебная игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Волейбол. Совершенствование техники нападающих ударов. Совершенствование техники блокирования нападающего удара. Страховка у сетки. Учебная игра (с учетом своего заболевания).	2	
	Волейбол. Расстановка игроков. Совершенствование тактики игры в защите, в нападении. Совершенствование техники индивидуальных действий игроков с мячом, без мяча. Совершенствование техники групповых и командных действий игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра (с учетом своего заболевания).	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий (с учетом своего заболевания).		
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Воспитание выносливости в процессе занятий избранными видами гимнастики. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение изучаемых двигательных действий, связок, комбинаций, комплексов в процессе самостоятельных занятий.		
Тема 2.4. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники ходьбы на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники ходьбы а на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники ходьбы на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
Тема 2.5. Оценка	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий	2	

физического развития	Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания.		
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
ИТОГО (6 семестр)		26 /2	
Итого за 3 курс		54/4	
Курс 4 семестр 7			
Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности			
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Тема 2.2. Легкая атлетика	Содержание учебного материала, том числе практических занятий Совершенствование техники ходьбы на длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Развитие общей выносливости и координации движений. Развитие анаэробной выносливости.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Совершенствование техники ходьбы на средние дистанции; Развитие специальной выносливости, ловкости и координации.	2	
	Совершенствование техники ходьбы на короткие дистанции. Совершенствование низкого старта и стартового разгона, финиша.	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовая подготовка. Ходьба по стадиону. Ходьба по пересечённой местности до 5 км в свободное время	2	
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в	2	

	течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время		
Итого (7 семестр)		20 /4	
Курс 4 семестр 8			
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Проведение студентами самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма.	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	2	
Тема 3.2. Виды по выбору	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий. Проводится по индивидуальному выбору студента. Совершенствование техники двигательных действий в избранном виде спорта (с учетом своего заболевания).	10	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа обучающихся Совершенствование техники двигательных действий в самостоятельных занятиях избранным видом спорта (с учетом своего заболевания).	2	
Тема 2.1. Оценка физического развития	Содержание учебного материала, в том числе практических занятий Бег 100м.; прыжок в длину с места; подтягивание из виса; поднимание туловища из положения лежа на спине, за мин.; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; прыжки через скакалку за 1 мин. с учетом своего заболевания.	2	ОК 04, ОК 08 ПК 1.1 ПК 1.3
	Самостоятельная работа: Подготовка к контрольным нормативам.		
Консультация		2	
Дифференцированный зачет		2	
Итого 8 семестр		22/4/2/2	
Итого за 4 курс		42/8/2/2	
Всего: 182 ч.		162/16/2/2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Теории и методики физического воспитания»

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование		
	рабочие места обучающихся	
	рабочее место преподавателя	
II Технические средства		
Основное оборудование		
	демонстрационное и/или интерактивное оборудование	
	лицензионное программное обеспечение	
	компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет	
	фортепьяно / музыкальные инструменты	
III Демонстрационные учебно-наглядные пособия		
Основное оборудование		
	учебно-методический комплекс по дисциплине	
	учебные пособия	
	дидактический и демонстрационный материал, необходимый для организации качественного обучения	

Спортивный комплекс, включающий 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, лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, ит.п.). Технические средства обучения: музыкальный центр с колонками

Оборудование спортивного зала.

Зал для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Универсальный спортивный зал (516,8 м², покрытие деревянное):

- раздевалка – 2 ед.;
- инвентарная 2 – ед.;
- рабочее место преподавателя;
- комплект волейбольных стоек с механизмом передвижения сетки – 1 ед.;
- антенна для волейбола – 2 ед.;
- вышка судейская – 2 ед.;
- щит баскетбольной с кольцом основной – 2 ед.;
- щит баскетбольной с кольцом тренировочный – 8 ед.;
- стенка гимнастическая – 19 ед.;
- скамейка гимнастическая – 10 ед.;
- гимнастический мат – 4 ед.;
- стол складной для настольного тенниса – 3 ед.;
- стол для армрестлинга – 2 ед.;
- комплект «Дартс» – 3 ед.;
- съемная перекладина – 7 ед.;

- спортивный инвентарь (мячи баскетбольные, мячи волейбольные, скакалки, обручи, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, коврики гимнастические).

Оборудование открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Открытая площадка для занятий по физической культуре:

- спортивный инвентарь (мячи баскетбольные, мячи волейбольные, скакалки, обручи, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, коврики гимнастические);
- спортивные аксессуары для проведения занятий: гири, гантели, секундомер, мерная рулетка, насосы для мячей;
- сектор для прыжков в длину.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные информационные источники:

1. Крамской, С. И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования : учебное пособие / С. И. Крамской, Д. Е. Егоров, И. А. Амельченко ; под редакцией С. И. Крамского, Д. Е. Егорова. — Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020. — 148 с. — ISBN 978-5-361-00782-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106205.html> (дата обращения: 31.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей
2. Физическая культура : учебное пособие / Л. Г. Яценко, Н. М. Жаринов, Е. Н. Жаринова [и др.]. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный университет промышленных технологий и дизайна, 2020. — 66 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/118424.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/11842>
3. Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 3-е изд. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 122 с. — ISBN 978-5-4488-1954-4, 978-5-4497-2851-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/138338.html> (дата обращения: 21.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, формируемых в рамках освоения дисциплины		
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.
Перечень умений, формируемых в рамках освоения дисциплины		
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; тестирования физических качеств. оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной

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.	аттестации; дифференцированный зачет.
--	--	---------------------------------------

Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины 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	Уметь 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	
---	--	--