

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЮЖНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧПОУ ЮМТ _____ Е. С. Федотенков

Приказ от 27.02. 2026 года

№ 550

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения - очная
квалификация – учитель начальных классов

Армавир
2026

Рассмотрено и одобрено на заседании ЦМК социально-гуманитарного цикла

Протокол №1 от 27.02.2026 года

Председатель ЦМК Д.Е.Блинова

Рекомендовано к утверждению экспертным советом ЧПОУ ЮМТ

Протокол №1 от 27.02.2026 года

Председатель экспертного совета Е.С. Федотенков

Рекомендовано к использованию экспертным советом ЧПОУ ЮМТ

Заключение экспертного совета №1 от 27.02.2026 года

Организация разработчик:

Частное профессиональное образовательное учреждение

«Южный многопрофильный техникум»

Составители:

преподаватель ЧПОУ ЮМТ Мальцев В.Г.

Рецензенты:

Внутренняя рецензия

преподаватель, ЧПОУ ЮМТ к.ю.н. Федотенков Е.С.

Внешняя рецензия - доцент кафедры экономических, правовых и социальных дисциплин

НЧОУ ВО АЛСИ, к.п.н. Гарбузов С.П.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «17» августа 2022 года № 742, зарегистрированного в Минюсте России от «22» сентября 2022 года № 70193

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

**Рецензия
на рабочую программу дисциплины
СГ.04 Физическая культура
по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Представленная к рецензированию рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «17» августа 2022 года № 742, зарегистрированного в Минюсте России от «22» сентября 2022 года № 70193.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

Программа включает общую характеристику рабочей программы дисциплины, структуру и содержание, условия реализации программы, контроль и оценку результатов освоения дисциплины, тематический план дисциплины с указанием тем и распределением часов учебного времени на изучение теоретического материала, выполнение практических занятий, а также время на выполнение самостоятельной внеаудиторной работы студентов.

Теоретический материал, излагаемый в форме лекции, позволит сформировать мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре, овладеть основами ведения здорового образа жизни учащихся.

Практический раздел программы направлен на обучение и совершенствование элементов техники легкой атлетики, спортивных игр (футбола, волейбола, баскетбола), гимнастики и упражнений на брусках, гиревой спорт (юноши). Упражнения на бревне (девушки). ППФП, а также повышению физической и функциональной подготовленности. Последовательность прохождения учебного материала, используемые средства и методы обучения в данных видах спорта подобраны методически правильно.

Раздел «Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины» программы направлен на выполнение функции дифференцированного и объективного учёта результатов учебной деятельности учащихся. Контрольные нормативы включают двигательные тесты, позволяющие объективно оценить физическое состояние обучающихся.

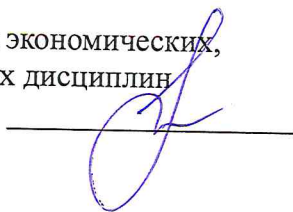
Успешность реализации дисциплины обеспечивается за счет применения на учебных занятиях разнообразных методов организации учебного процесса через реализацию комплекса современных педагогических технологий обучения.

Рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура может быть рекомендована к использованию в учебном процессе для подготовки специалистов среднего звена по специальности Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «17» августа 2022 года № 742, зарегистрированного в Минюсте России от «22» сентября 2022 года № 70193.

Рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура составлена квалифицировано, демонстрирует профессионализм и высокий уровень методической подготовки, соответствует формированию общих и профессиональных компетенций по подготовке специалистов среднего звена и может быть использована в образовательном процессе для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах в ЧПОУ ЮМТ.

Рецензент:

к.п.н., доцент кафедры экономических,
правовых и социальных дисциплин
НЧОУ ВО АЛСИ



С.П. Гарбузов

Рецензия
на рабочую программу дисциплины
СГ.04 Физическая культура
для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах,
разработанную преподавателем ЧПОУ ЮМТ В.Г. Мальцевым

Рабочая программа СГЦ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденной Приказом Минпросвещения России от «17» августа 2022 года № 742, зарегистрированного в Минюсте России от «22» сентября 2022 года № 70193.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

Представленный теоретический материал позволит студенту самостоятельно составить реферат, комплекс физических упражнений, позволяющих отражать современные тенденции и требования к предмету «Физическая культура».

В рабочей программе дисциплины отражены современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.

В программе практического раздела изложены требования к уровню знаний, умений, навыков в обучении и совершенствовании техники по лёгкой атлетике, баскетболу, волейболу, гимнастике и лыжным гонкам.

Последовательность изучения разделов и тем логически целесообразна. Контрольный раздел позволяет обеспечить достижение необходимого уровня результатов при сдаче итоговых зачетных и экзаменационных нормативов.

Рабочая программа учитывает специфику профиля получаемой специальности, для этого рассматривается комплекс физических упражнений для профилактики профессиональных заболеваний. Представленные на рецензию контрольно-оценочные средства по дисциплине «Физическая культура» разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

Разработанная рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура» актуальна с учетом современной ситуации в России, физического воспитания студентов, когда формирование компетенции по физической культуре личности, обеспечивает готовность к социально-профессиональной деятельности, соблюдения здорового образа жизни, а также систематическое физическое самосовершенствование.

Содержание РПД СГ.04 Физическая культура соответствует характеристике профессиональной деятельности выпускников и требованиям к результатам освоения и сформированности компетенций по программе подготовки специалистов среднего звена для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах и может быть использована в образовательном процессе ЧПОУ ЮМТ.

Рецензент:
преподаватель ЧПОУ ЮМТ

 Н.В. Глазунова

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

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 ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 3.1.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Коды 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	- 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.

необходимого уровня физической подготовленности		
ПК 1.1. Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования	- определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей методики преподавания учебного предмета, возраста, класса, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и в соответствии с современными требованиями к уроку (дидактическими, организационными, методическими, санитарно-гигиеническими нормами); - формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития обучающихся; - проектировать процесс обучения на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерных образовательных программ; - проектировать программы развития универсальных учебных действий; - проектировать проектно-исследовательскую деятельность в начальной школе; - проектировать процесс обучения с учетом преемственности между уровнями образования; - проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.	- требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерные основные образовательные программы начального общего образования и примерных адаптированных основных образовательных программ начального общего образования; - сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; - преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; - содержание основных учебных предметов начального общего образования в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы; - методики преподавания учебных предметов начального общего образования; - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - способы достижения планируемых результатов освоения программы начального общего образования; - способы выявления и развития способностей, обучающихся через урочную деятельность, в том числе с использованием возможностей иных образовательных организаций, а также организаций, обладающих ресурсами, необходимыми для реализации программ начального общего образования, и иных видов образовательной деятельности, предусмотренных программой начального общего образования; - специфика обучения детей с особыми образовательными потребностями; - способы организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся.

ПК 1.2. Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами	- проводить учебные занятия на 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).	- основные принципы деятельностного подхода - правила техники безопасности и санитарно-эпидемиологические требования при организации процесса обучения; правила охраны труда и требования к безопасности образовательной среды; - дидактика начального общего образования; - основные закономерности 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; - современные образовательные технологии, в том числе информационнокоммуникационные; - возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования; - основы организации учебной проектно-исследовательской деятельности в начальной школе.
ПК 3.1. Проектировать и реализовывать современные программы воспитания на основе ценностного содержания образовательного процесса	- находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание обучающимися проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка; - формировать и реализовывать образцы и ценности социального поведения, навыки поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях, позитивные образцы поликультурного и толерантного общения; - использовать ресурсы сетевой (цифровой) образовательной среды для решения воспитательных задач; - проявлять толерантное отношение к представителям разных мировоззрений и культурных традиций; - организовать деятельность детей по социальному проектированию; - формулировать цели и задачи воспитания классного коллектива и отдельных обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;	- примерные программы воспитания и социализации обучающихся для начального общего образования; - закономерности проектирования и реализации воспитательных программ; - нормативные правовые, руководящие и инструктивные документы, регулирующие организацию и проведение мероприятий за пределами территории образовательной организации (экскурсий, походов, экспедиций и т.п.); - современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы; - способы защиты достоинства и интересов обучающихся, оказавшихся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - теоретические и методические основы деятельности классного руководителя; - образцы и ценности социального поведения, поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях; - основы методики воспитательной работы;

	- планировать воспитательную деятельность; - разрабатывать программу воспитания на основе примерных программ; - оказывать педагогическую поддержку в процессе адаптации детей к условиям образовательной организации; - создавать условия для самоорганизации обучающихся в воспитательной деятельности, - использовать разнообразные методы, формы, средства воспитания при проведении воспитательных мероприятий, акций, детских социально значимых инициатив; - организовывать детский досуг, вовлекать детей в различные виды общественнополезной деятельности и детские творческие объединения; - создавать условия для развития ученического самоуправления, формирования благоприятного психологического микроклимата и сотрудничества обучающихся в классе; - помогать обучающимся предотвращать и разрешать конфликты; - взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медикопедагогического консилиума; - использовать воспитательные возможности различных видов деятельности ребёнка.	- основные принципы деятельностного подхода в воспитании; - современные технологии воспитания; - особенности адаптации обучающихся к условиям начального общего образования; - возрастные особенности обучающихся на ступени начального общего образования; - условия развития ученического самоуправления в общеобразовательной организации; - условия формирования благоприятного психологического микроклимата и сотрудничества обучающихся в классе; - способы формирования коллектива класса и роль классного руководителя в этом процессе; - педагогические и гигиенические требования к организации и проведению различных видов воспитательной работы.
--	---	---

Приложение 1

Паспорт общих компетенций (ОК) по специальности

44.02.02 Преподавание в начальных классах СГ.04. Физическая культура

Приложение 2

Паспорт профессиональных компетенций (ПК) по специальности

44.02.02 Преподавание в начальных классах СГ.04. Физическая культура

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	144 /38+106/
в т.ч. в форме практической подготовки	
теоретические занятия	-
лабораторные работы	-
практические занятия	140
контрольные работы	-
Самостоятельная работа	0
Промежуточная аттестация в форме	
дифференцированного зачета	2
дифференцированного зачета	2

Вариативная часть – 106 часов

По темам СГ.04. Физическая культура вариативная часть распределилась следующим образом:

№	Тема	Количество часов ПК/ У/З
Тема 2.1	<i>Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы</i>	6 часов
Тема 2.5	<i>Роль Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках</i>	8 часов
Тема 3.1	<i>Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)</i>	8 часов
Тема 3.5	<i>Тактика игры в защите и нападении</i>	8 часов
Тема 3.7	<i>Контроль выполнения тестов по волейболу</i>	8 часов

Тема 4.2	<i>Передачи мяча. ОФП</i>	<i>8 часов</i>
Тема 4.3	<i>Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП</i>	<i>10 часов</i>
Тема 4.6	<i>Практика судейства в баскетболе</i>	<i>8 часов</i>
Тема 5.1	<i>Строевые приемы</i>	<i>6 часов</i>
Тема 5.2	<i>Техника акробатических упражнений</i>	<i>6 часов</i>
Тема 6.1	<i>Игровая стойка, основные удары в бадминтоне</i>	<i>10 часов</i>
Тема 6.4	<i>Судейство соревнований по бадминтону</i>	<i>10 часов</i>
Тема 8.1	<i>Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов</i>	<i>10 часов</i>

Обоснование вариативной части на основании профессионального стандарта.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ			
Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Практическое занятие Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»	1	ОК 04
Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Практическое занятие Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля	1	ОК 08
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика			
Тема 2.1. <i>Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы</i>	Практическое занятие <i>Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения</i> <i>Уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</i>	6	ОК 08 ПК 1.2
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Практическое занятие Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции	1	ОК 04

Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Практическое занятие	1	ОК 08
	Специальные упражнения прыгуна, ОФП		
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	Практическое занятие	2	ОК 04
	Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега		
Тема 2.5. <i>Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках</i>	Практическое занятие	8	ОК 04 ПК 3.1
	<i>Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю); прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость Уметь находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание обучающимися проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка</i>		
Раздел 3. Волейбол			
Тема 3.1. <i>Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)</i>	Практическое занятие	8	ОК 04 ПК 1.1
	<i>Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>		
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Практическое занятие	1	ОК 04
	Выполнение комплекса упражнений по ОФП		
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Практическое занятие	1	ОК 08
	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног		
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Практическое занятие	2	ОК 04
	Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару		
Тема 3.5. <i>Тактика игры в</i>	Практическое занятие	8	ОК 04
	<i>Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи</i>		

<i>защите и нападении</i>	<i>мяча</i> <i>Уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</i>		ПК 1.2
Тема 3.6. Основы методики судейства	Практическое занятие Отработка навыков судейства в волейболе	2	ОК 08
Тема 3.7. <i>Контроль выполнения тестов по волейболу</i>	Практическое занятие <i>Выполнение передачи мяча в парах</i> <i>Игра по упрощённым правилам волейбола</i> <i>Игра по правилам</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	8	ОК 08 ПК 1.1
Раздел 4. Баскетбол			
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Практическое занятие Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног	2	ОК 04
Тема 4.2. <i>Передачи мяча. ОФП</i>	Практическое занятие <i>Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса</i> <i>Уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</i>	8	ОК 08 ПК 1.2
Тема 4.3. <i>Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП</i>	Практическое занятие <i>Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	10	ОК 08 ПК 1.1
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Практическое занятие Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног	4	ОК 04
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении.	Практическое занятие Игра по упрощенным правилам баскетбола Игра по правилам	4	ОК 04

Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам Дифференцированный зачет			
Тема 4.6. <i>Практика судейства в баскетболе</i>	Практическое занятие <i>Практика в судействе соревнований по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	8	ОК 08 ПК 1.1
Раздел 5. Гимнастика			
Тема 5.1. Строевые приемы	Практическое занятие <i>Отработка строевых приёмов</i> <i>Строевые приемы</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	6	ОК 04 ПК 1.1
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Практическое занятие <i>Отработка техники акробатических упражнений</i> <i>Техника акробатических упражнений</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	6	ОК 08 ПК 1.1
Тема 5.3. Упражнения на брусьях (юноши). Гиревой спорт Упражнения на бревне (девушки). ППФП	Практическое занятие Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные упражнения, соскоки. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера, комплексы упражнений с гантелями, гириями. Разучивание и выполнение связок на снаряде. ППФП (юноши) Бревно: наскок, ходьба, полушпагат, уголок, равновесие, повороты, соскок (девушки) Разучивание и выполнение упражнений с гириями (юноши). Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (девушки)	2	ОК 08
Тема 5.4. Составление комплекса ОРУ и	Практическое занятие Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.).	2	ОК 04

проведение их обучающимися	Направленность общеразвивающих упражнений; основные положения рук, ног, проведение с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ. Выполнение комплекса ОРУ. Практическое занятие. Контроль выполнения комплексов ОРУ. Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки. Контроль комбинации на бревне, брусьях. Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ППФП		
Раздел 6. Бадминтон			
Тема 6.1. <i>Игровая стойка, основные удары в бадминтоне</i>	Практическое занятие <i>Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса</i> <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>	10	ОК 08 ПК 1.1
Тема 6.2. Подачи	Практическое занятие Отработка подач		ОК 04
Тема 6.3. Нападающий удар	Практическое занятие Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш»	2	ОК 04
Тема 6.4. <i>Судейство соревнований по бадминтону</i>	Практическое занятие <i>Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону. Контроль техники подач, ударов справа, слева. Контроль техники игры: одиночные, парные игры. Игра по правилам</i> <i>Уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</i>	10	ОК 08 ПК 1.2
Раздел 7. Настольный теннис			
Тема 7.1. Настольный теннис	Практическое занятие Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки. Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра.	2	ОК 08
Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 8.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных	Практическое занятие Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП	16 (6+10)	ОК 04 ПК 1.1

результатов Дифференцированный зачет	обучающихся с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Задания с профессиональной направленностью для 1-4 групп труда. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда. Формирование профессионально значимых физических качеств. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста. Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся		
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет			
Всего:		144	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ. 04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для проведения занятий лекционного типа используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, презентационные и мультимедийные материалы.

Для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду техникума.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оснащенного оборудованными раздевалками; рабочее место преподавателя; комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки).

Оборудование:

- гимнастическое оборудование;
- легкоатлетический инвентарь;
- оборудование и инвентарь для спортивных игр;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;

- многофункциональный принтер;
- музыкальный центр.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья техникумом могут быть предоставлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

В техникуме согласно стандартам, имеются технические средства обучения, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий (интерактивная доска, ноутбук, проектор, экран с возможностью масштабирования и применения экранной лупы), которые по всем параметрам соответствуют нормам обучения лиц с инвалидностью и ОВЗ.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд техникума имеет печатные и/ или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

При формировании библиотечного фонда техникум 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 печатные издания

Основная литература:

Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт : учебник для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 427 с. — ISBN 978-5-4488-1631-4, 978-5-4497-2129-7. — Текст :

электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198>

Быченков, С. В. Физическая культура : учебник / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-4497-4249-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/142107>

Ткач, И. М. Физическая культура: направления и формы оздоровления организма : учебное пособие / И. М. Ткач, Е. В. Матухно. — Комсомольск-на-Амуре : Комсомольский-на-Амуре государственный университет, 2024. — 69 с. — ISBN 978-5-7765-1570-5. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/140672>

Дополнительная литература:

Жарский, Р. В. Физическая культура. Организация и проведение спортивных мероприятий : методические указания / Р. В. Жарский, Е. В. Кучеров. — Москва : Издательский Дом МИСиС, 2024. — 34 с. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/152710>

Сидоров, Д. Г. Соблюдение техники безопасности по дисциплине «Физическая культура и спорт» во время сдачи студентами контрольных испытаний комплекса ГТО : учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» / Д. Г. Сидоров. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2024. — 79 с. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/148550>

Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 64 с. — ISBN 978-5-4263-0617-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/145712>

Физическая культура, спорт и основы военной подготовки студентов : учебное пособие / М. П. Коновалова, С. В. Кузнецова, Н. Н. Черевик [и др.]. — Саратов : Саратовский государственный технический университет имени Ю.А. Гагарина, ЭБС АСВ, 2024. — 108 с. — ISBN 978-5-7433-3615-9. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/141142>

3.2.2. Основные электронные издания

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

2. Конеева, Е. В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Матвеев А.П. Физическая культура. 10-11 кл. (ФГОС) М.:Бином,2017

2. Муллер А. Б. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. Учебник и практикум для СПО. М.: Юрайт,2020

3.2.4. Интернет ресурсы

1. Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт : учебник для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 427 с. — ISBN 978-5-4488-1631-4, 978-5-4497-2129-7. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198>

2. Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А. Э. Буров, И. А. Лакейкина, М. Х. Бегметова, С. В. Небрятенко. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 261 с. — ISBN 978-5-4487-0807-7. — Текст : электронный // ЭБС PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/116615>

В техникуме имеются электронно-библиотечные системы (ЭБС), которые способствуют правильному формированию информационной культуры и компетентности всего образовательного процесса, в том числе детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. В читальском зале организован свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Все обучающиеся, в том числе дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья:

- имеют доступ в электронно-библиотечные системы;
- в полном объеме обеспечены необходимыми бесплатными учебниками и учебными пособиями;
- имеют свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Для учащихся с нарушениями слуха библиотека оборудована звукоусиливающей аппаратурой, для слабовидящих — дополнительным освещением и увеличительными средствами

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ. 04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины (матрица результатов) осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (ОК, ПК)	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Знать: - психологические основы деятельности коллектива; - психологические особенности личности. Уметь: - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Знать: - 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. 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.	
ПК 1.1. Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования	Знать: - требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерные основные образовательные программы начального общего образования и примерных адаптированных основных образовательных программ начального общего образования; - сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; - преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; - содержание основных учебных предметов начального общего образования в пределах требований федерального государственного	

	образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы; - методики преподавания учебных предметов начального общего образования; - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - способы достижения планируемых результатов освоения программы начального общего образования; - способы выявления и развития способностей, обучающихся через урочную деятельность, в том числе с использованием возможностей иных образовательных организаций, а также организаций, обладающих ресурсами, необходимыми для реализации программ начального общего образования, и иных видов образовательной деятельности, предусмотренных программой начального общего образования; - специфика обучения детей с особыми образовательными потребностями; - способы организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся. Уметь: - 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); - формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития обучающихся; - проектировать процесс обучения на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерных образовательных программ; - проектировать программы развития универсальных учебных действий; - проектировать проектно-исследовательскую деятельность в начальной школе; - проектировать процесс обучения с учетом преемственности между уровнями образования; - проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.	
ПК 1.2. Организовывать процесс обучения обучающихся в	Знать: - основные принципы деятельностного подхода	

соответствии с санитарными нормами и правилами	правила техники безопасности и санитарно-эпидемиологические требования при организации процесса обучения; правила охраны труда и требования к безопасности образовательной среды; - дидактика начального общего образования; - основные закономерности 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; - современные образовательные технологии, в том числе информационнокоммуникационные; - возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования; - основы организации учебной проектно-исследовательской деятельности в начальной школе. Уметь: - проводить учебные занятия на 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).	
ПК 3.1. Проектировать и реализовывать современные программы воспитания на основе ценностного содержания образовательного процесса	Знать: - примерные программы воспитания и социализации обучающихся для начального общего образования; - закономерности проектирования и реализации воспитательных программ; - нормативные правовые, руководящие и инструктивные документы, регулирующие организацию и проведение мероприятий за пределами территории образовательной организации (экскурсий, походов, экспедиций и т.п.); - современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы;	

	- способы защиты достоинства и интересов обучающихся, оказавшихся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - теоретические и методические основы деятельности классного руководителя; - образцы и ценности социального поведения, поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях; - основы методики воспитательной работы; - основные принципы деятельностного подхода в воспитании; - современные технологии воспитания; - особенности адаптации обучающихся к условиям начального общего образования; - возрастные особенности обучающихся на ступени начального общего образования; - условия развития ученического самоуправления в общеобразовательной организации; - условия формирования благоприятного психологического микроклимата и сотрудничества обучающихся в классе; - способы формирования коллектива класса и роль классного руководителя в этом процессе; - педагогические и гигиенические	
--	---	--

	требования к организации и проведению различных видов воспитательной работы. Уметь: - находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание обучающимися - проектирование ситуаций и событий, - развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка; - формировать и реализовывать образцы и ценности социального поведения, навыки поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях, позитивные образцы поликультурного и толерантного общения; - использовать ресурсы сетевой (цифровой) образовательной среды для решения воспитательных задач; - проявлять толерантное отношение к представителям разных мировоззрений и культурных традиций; - организовать деятельность детей по социальному проектированию; - формулировать цели и задачи воспитания классного коллектива и отдельных обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей; - планировать воспитательную	
--	--	--

	деятельность; - разрабатывать программу воспитания на основе примерных программ; - оказывать педагогическую поддержку в процессе адаптации детей к условиям образовательной организации; - создавать условия для самоорганизации обучающихся в воспитательной деятельности, - использовать разнообразные методы, формы, средства воспитания при проведении воспитательных мероприятий, акций, детских социально значимых инициатив; - организовывать детский досуг, вовлекать детей в различные виды общественнополезной деятельности и детские творческие объединения; - создавать условия для развития ученического самоуправления, формирования благоприятного психологического микроклимата и сотрудничества обучающихся в классе; - помогать обучающимся предотвращать и разрешать конфликты; - взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медикопедагогического консилиума; - использовать воспитательные возможности различных видов	
--	--	--

	деятельности ребёнка.	
--	-----------------------	--

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Знать:</u> роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной профессии; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Уметь:</u> 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 профессии/ специальности.	использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

БЫЛО	СТАЛО
ОБОСНОВАНИЕ	
ОТВЕТСТВЕННЫЙ	

.....
.....
ФИО авторов УД

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЮЖНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СГ. 04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**
по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения - очная
квалификация – учитель начальных классов