

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧПОУ ЮМТ _____ Е. С. Федотенков

Приказ от 27.02. 2026 года

№ 550

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОУП 12 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 общеобразовательных дисциплин

Протокол №1 от 27.02.2026 года

Председатель ЦМК Л.Г. Николаева

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 Глазунова Н.В.

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
ОУП.12 Физическая культура для
для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Представленная к рецензированию рабочая программа дисциплины ОУП 07 Биология 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.

Согласно общих положений теории и методики физической культуры рабочая программа дисциплины имеет следующие разделы: Профессионально ориентированное содержание; Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности; Учебно-тренировочные занятия. 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 (футбол, волейбол, баскетбол), основной, спортивной и аэробной гимнастики, акробатики, атлетические единоборства, а также повышению физической и функциональной подготовленности. Последовательность прохождения учебного материала, используемые средства и методы обучения в данных видах спорта подобраны методически правильно.

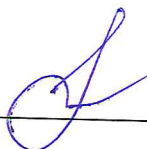
Контрольный раздел программы направлен на выполнение функции дифференцированного и объективного учёта результатов учебной деятельности учащихся. Контрольные нормативы включают двигательные тесты, позволяющие объективно оценить физическое состояние обучающихся.

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

Рабочая программа дисциплины ОУП.12 Физическая культура составлена квалифицированно, 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:

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



С.П. Гарбузов

Рецензия
на рабочую программу дисциплины
ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах
разработанную преподавателем ЧПОУ ЮМТ Мальцевым В.Г.

Рабочая программа дисциплины ОУП.12 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.

Излагаемый 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 легкой 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 ОУП.12 Физическая культура актуальна с учетом современной ситуации в России, физического воспитания студентов является формированием физической культуры личности, наличие которой обеспечивает готовность к социально-профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, в систематическое физическое самосовершенствование.

РПД ОУП.12 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:
Преподаватель ЧПОУ ЮМТ

 Н.В. Глазунова

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины
2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины
3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины
4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины

1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины ОУП 12 «Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО:

Общеобразовательная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

1.2.1. Цели дисциплины

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста.

1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 04, ОК 08 и ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 3.1, представленных в актуализированных ФГОС СПО по специальности.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия: - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при	ПРБ 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПРБ 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; ПРБ 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	решении жизненных проблем б) базовые исследовательские действия: - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике	
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;	ПРБ 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
	Овладение универсальными коммуникативными действиями: б) совместная деятельность: - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным Овладение универсальными регулятивными действиями: г) принятие себя и других людей: - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека	высокой работоспособности; ПРБ 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления	готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; наличие мотивации к обучению и личностному	ПРБ 1. Умение использовать разнообразные формы и виды физической культуры

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	развитию; В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; - потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; Овладения универсальными регулятивными действиями: - самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретённый опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний; - постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;	для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); ПРб 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ПРб 3. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; ПРб 4. владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; ПРб 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере

Код и наименование формируемых компетенций		Планируемые результаты	
		Общие	Дисциплинарные
			досуга, в профессионально-прикладной сфере; ПРБ 6. Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины		
	Умения	Знания	
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 их 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;	- 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,	

Код и наименование формируемых компетенций		Планируемые результаты	
		Общие	Дисциплинарные
	- проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.		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.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты	
	Общие	Дисциплинарные
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; - 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;	- 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;

Код и наименование формируемых компетенций		Планируемые результаты	
		Общие	Дисциплинарные
	- 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.	- педагогические и гигиенические требования к организации и проведению различных видов воспитательной работы.	

2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины ОУП 12 «Физическая культура»

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	72
в т. ч.	
Основное содержание	50
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
практическое занятие, профессионально ориентированное содержание	48
Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	18
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
практическое занятие, профессионально ориентированное содержание	16
Индивидуальный проект (да/нет)	нет
Промежуточная аттестация	2
дифференцированный зачет	2
дифференцированный зачет	2

Вариативная часть не предусмотрена

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая культура как часть культуры общества и человека			
Тема 1.1. Современное состояние физической культуры и спорта. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Физическая культура как часть культуры общества и человека. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, история и развитие комплекса «Готов к труду и обороне». Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО Здоровье как базовая ценность человека и общества. Характеристика основных компонентов здоровья, их связь с занятиями физической культуры. Факторы, определяющие здоровье. Психосоматические заболевания Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание Влияние двигательной активности на здоровье. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм занимающихся. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека Общие представления об истории и развитии популярных систем оздоровительной физической культуры, их целевая ориентация и предметное содержание. Представления о современных системах и технологиях		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
	укрепления и сохранения здоровья (дыхательная гимнастика, антистрессовая гимнастика, глазодвигательная гимнастика, суставная гимнастика, оздоровительная ходьба, северная или скандинавская ходьба и оздоровительный бег и др.) Особенности организации и проведения занятий в разных системах оздоровительной физической культуры и их функциональная направленность Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности; соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой Организация занятий физическими упражнениями различной направленности: подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Нагрузка и факторы регуляции нагрузки при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями 3. Основные принципы построения самостоятельных занятий. Медицинский осмотр учащихся как необходимое условие для организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой. Контроль текущего состояния организма с помощью пробы Руфье, характеристика способов применения и критериев оценивания. Оперативный контроль в системе самостоятельных занятий, цель и задачи контроля, способы организации и проведения измерительных процедур. Дневник самоконтроля		
Профессионально ориентированное содержание			
Тема 1.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала/ Профессионально ориентированное содержание Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления. Составление профессиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к группе труда.	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
	Подбор физических упражнений для проведения производственной гимнастики Понятие «профессионально-ориентированная физическая культура», цель, задачи, содержательное наполнение Определение значимых физических и личностных качеств с учётом специфики получаемой профессии/специальности; определение видов физкультурно-спортивной деятельности для развития профессионально-значимых физических и психических качеств <i>Уметь проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</i>		
Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности			
Профессионально ориентированное содержание			
Тема 2.1. Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	Практические занятия. Профессионально ориентированное содержание Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультурминут, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности <i>Уметь использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности, обучающихся на уроках с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся</i>	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 1.2
Тема 2.2. Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и	Практические занятия. Профессионально ориентированное содержание Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО» <i>Уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении</i>	4	ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 1.2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
требований ВФСК «ГТО»	<i>физических упражнений</i>		
Тема 2.3. Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности	Практические занятия. Профессионально ориентированное содержание Применение методов самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности <i>Уметь оказывать педагогическую поддержку в процессе адаптации детей к условиям образовательной организации</i>	2	ОК 01, ОК 04, ПК 3.1
Тема 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач	Практические занятия. Профессионально ориентированное содержание Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности <i>Уметь оказывать педагогическую поддержку в процессе адаптации детей к условиям образовательной организации</i>	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 3.1
Тема 2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Практические занятия. Профессионально ориентированное содержание Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение, рабочие движения, функциональные системы, обеспечивающие трудовой процесс, внешние условия или производственные факторы, профессиональные заболевания Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики различных групп профессий (первая, вторая, третья, четвертая группы профессий)	6	ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 1.2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции				
	Уметь использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности, обучающихся на уроках с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся						
Учебно-тренировочные занятия							
Гимнастика							
Тема 2.6. Основная гимнастика	Практические занятия Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте. Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах. Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки	4	ОК 01, ОК 04, ОК 08				
Тема 2.7. Спортивная гимнастика	Практические занятия Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на брусьях разной высоты (девушки); на параллельных брусьях (юноши) Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на бревне (девушки); на перекладине (юноши) Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня: углом с косого разбега толчком одной ногой (девушки); опорного прыжка через коня: ноги врозь (юноши) Элементы и комбинации на снарядах спортивной гимнастики: <table><tr><th>Девушки</th><th>Юноши</th></tr><tr><td>1. Висы и упоры: толком ног подъем в упор на верхнюю жердь; толком двух ног вис углом; сед</td><td>1. Висы и упоры: подъем в упор силой; вис согнувшись – вис прогнувшись сзади; подъем переворотом, сгибание и</td></tr></table>	Девушки	Юноши	1. Висы и упоры: толком ног подъем в упор на верхнюю жердь; толком двух ног вис углом; сед	1. Висы и упоры: подъем в упор силой; вис согнувшись – вис прогнувшись сзади; подъем переворотом, сгибание и	4	ОК 01, ОК 04, ОК 08
Девушки	Юноши						
1. Висы и упоры: толком ног подъем в упор на верхнюю жердь; толком двух ног вис углом; сед	1. Висы и упоры: подъем в упор силой; вис согнувшись – вис прогнувшись сзади; подъем переворотом, сгибание и						

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)		Объем часов	Формируемые компетенции
	углом равновесие на нижней жерди, упор присев на одной махом соскок	разгибание рук в упоре на брусках; подъем разгибов в сед ноги врозь; стойка на плечах из седа ноги врозь; соскок махом назад.		
	2. Бревно: вскок, седы, упоры, прыжки, разновидности передвижений, равновесия, танцевальные шаги, соскок с конца бревна	2. Перекладина: висы, упоры, переходы из виса в упор и из упора в вис, размахивания, размахивания изгибами, подъем переворотом, подъем разгибом, обороты назад и вперед, соскок махом вперед (назад)		
	3. Опорные прыжки: через коня углом с косого разбега толчком одной ногой	3. Опорные прыжки: через коня ноги врозь		
Тема 2.8. Акробатика	Практические занятия		2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка». Совершенствование акробатических элементов Освоение и совершенствование акробатической комбинации (последовательность выполнения элементов в акробатической комбинации может изменяться):			
Тема 2.9 Аэробная гимнастика	Практические занятия		2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Освоение базовых, основных и модифицированных шагов аэробики,			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
Дифференцированный зачет	прыжков, передвижений, танцевальных движений в оздоровительной аэробике. Выполнение упражнений аэробного характера для совершенствования функциональных систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой). Комплексы для развития физических способностей средствами аэробики, в т.ч. с использованием новых видов оборудования и направлений аэробики (классическая, степ-аэробика, фитбол-аэробика и т. п.).		
Атлетические единоборства			
Тема 2.10. Атлетические единоборства	Практические занятия Атлетические единоборства в системе профессионально-двигательной активности: ее цели, задачи, формы организации тренировочных занятий. Техника безопасности при занятиях. Специально-подготовительные упражнения для техники самозащиты. Освоение/совершенствование приемов атлетических единоборств (самостраховка, стойки, захваты, броски, безопасное падение, освобождения от захватов, уход с линии атаки и т.п.). Силовые упражнения и единоборства в парах.	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
Спортивные игры			
Тема 2.11. Футбол	Практические занятия Техника безопасности на занятиях футболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: удар по мячу носком, серединой подъема, внутренней, внешней частью подъема; остановки мяча внутренней стороной стопы; остановки мяча внутренней стороной стопы в прыжке, остановки мяча подошвой. Правила игры и методика судейства. Техника нападения. Действия игрока без мяча: освобождение от опеки противника	4	ОК 01, ОК 04, ОК 08

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
	Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности (учебная игра)		
Тема 2.12. Баскетбол	Практические занятия Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча Освоение и совершенствование приёмов тактики защиты и нападения Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	4	
Тема 2.13. Волейбол	Практические занятия Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: стойки игрока, перемещения, передача мяча, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	4	
Легкая атлетика			
Тема 2.14. Лёгкая атлетика	Практические занятия Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования;	12	ОК 01, ОК 04, ОК 08

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
	Совершенствование техники спринтерского бега Совершенствование техники (кроссового бега, средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши)) Совершенствование техники эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью) Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега Совершенствование техники метания гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.		
Вариативный модуль по видам спорта			
Тема 2.15 Подвижные игры, единоборства и спортивные мероприятия	Практические занятия Техника безопасности на занятиях. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов по видам спорта. Выполнение технико-тактических приёмов по видам спорта. Разбор правил. Самбо. Греко-римская и вольная борьба Бадминтон Настольный теннис Теннис Лапта	12	ОК 01, ОК 04, ОК 08
Промежуточная аттестация по дисциплине дифференцированный зачёт		2	
Всего:		72	

3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины ОУП 12 «Физическая культура»

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие спортивные сооружения:

(универсальный) спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения дисциплины; оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения дисциплины.

Все виды учебной деятельности обучающихся, предусмотренные учебным планом, включая промежуточную и государственную итоговую аттестацию, обеспечены расходными материалами.

Помещения для организации самостоятельной и воспитательной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ЧПОУ ЮМТ.

Материально-техническая база ЧПОУ ЮМТ обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения отечественного производства.

Обучающимся ЧПОУ ЮМТ обеспечен доступ, в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в рабочей программе дисциплины и подлежит обновлению.

3.1.1. Специализированная мебель и системы хранения:

- табло электронное игровое (для волейбола, баскетбола, футбола, гандбола) с защитным экраном;
- стеллаж для инвентаря.

3.1.2. Спортивные игры:

- стойки волейбольные с волейбольной сеткой;

- ворота для мини-футбола/гандбола пристенные с креплением к стене (комплект из 2-х ворот с сетками);
- защитная сетка на окна;
- кольцо баскетбольное;
- сетка баскетбольная;
- ферма для щита баскетбольного;
- щит баскетбольный;
- мяч баскетбольный;
- мяч футбольный;
- мяч волейбольный;
- насос для накачивания мячей;
- жилетка игровая;
- щитки футбольные;
- перчатки вратарские;
- свисток;
- секундомер;
- система для перевозки и хранения мячей;
- конус с втулкой, палкой и флажком.

3.1.3. Общефизическая подготовка:

- скамейка гимнастическая универсальная;
- мат гимнастический прямой;
- мост гимнастический подкидной;
- бревно гимнастическое напольное постоянной высоты;
- бревно гимнастическое тренировочное;
- стенка гимнастическая;
- перекладина гимнастическая пристенная/перекладина гимнастическая универсальная (турник);
- перекладина навесная универсальная;
- брусья навесные для гимнастической стенки;
- брусья гимнастические параллельные;

- брусья гимнастические разновысокие;
- кольца гимнастические;
- козел гимнастический;
- конь гимнастический (с ручками) маховый;
- конь гимнастический прыжковый переменной высоты;
- тумба прыжковая атлетическая;
- доска навесная для гимнастической стенки;
- тренажер навесной;
- комплект для групповых занятий (с подвижным стеллажом);
- консоль пристенная для канатов и шестов;
- канат для лазания;
- скакалка;
- мяч набивной (медбол);
- степ платформа;
- снаряд для функционального тренинга;
- дуги для подлезания;
- коврик гимнастический.

3.1.4. Легкая атлетика:

- стойки для прыжков в высоту;
- планка для прыжков в высоту;
- измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту;
- дорожка гимнастическая;
- дорожка для прыжков в длину;
- мяч для метания;
- щит для метания в цель навесной;
- барьер легкоатлетический регулируемый, юношеский;
- палочка эстафетная;
- комплект гантелей;
- комплект гирь;
- нагрудные номера.

3.1.5. Подвижные игры и спортивные мероприятия:

- набор для подвижных игр (в сумке);
- комплект для проведения спортивных мероприятий (в бауле).

3.1.6. Кабинет учителя физической культуры:

- стол с ящиками для хранения/тумбой;
- кресло офисное;
- шкаф для одежды;
- доска пробковая/доска магнитно-маркерная;
- аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи;
- персональный компьютер с периферией/ноутбук (лицензионное программное обеспечение, образовательный контент, система защиты от вредоносной информации);
- принтер.

3.1.7. Снарядная:

- тележка для перевозки матов;
- мат гимнастический складной;
- канат для перетягивания;
- грабли для песка;
- рулетка;
- стеллаж для инвентаря;
- шкаф-локер для инвентаря;
- набор для игры в шахматы;
- набор для игры в шашки;
- шахматные часы.

3.1.8. Раздевальные:

- система хранения вещей обучающихся со скамьей в комплекте/система хранения и сушка вещей обучающихся со скамьей в комплекте.

3.1.9. Душевые и туалеты при спортивном комплексе:

- педальное ведро;
- держатель для туалетной бумаги;

- сиденье для унитаза;
- электросушилка для рук/держатель для бумажных полотенец/диспенсер бумажных полотенец;
- диспенсер для мыла.

3.1.10. Бадминтон:

- волан;
- ракетка для бадминтона;
- сетка для бадминтона;
- стойки для крепления бадминтонной сетки;
- струны для бадминтона.

3.1.11. Волейбол:

- антенны с карманом для сетки;
- вышка судейская универсальная;
- мяч волейбольный;
- протектор для волейбольных стоек;
- сетка волейбольная;
- стойка волейбольная универсальная;
- тренажер для волейбола.

3.1.12. Самбо. Греко-римская и вольная борьба:

- борцовский тренировочный манекен.

3.1.13. Настольный теннис:

- ракетка для настольного тенниса;
- сетка;
- стол теннисный любительский;
- тренировочный робот;
- табло для настольного тенниса перекидное;
- предметно-тематический стенд.

3.1.14. Спортивная гимнастика:

- бревно гимнастическое напольное постоянной высоты;
- бревно гимнастическое тренировочное;

- мост гимнастический подкидной;
- перекладина гимнастическая;
- бревно напольное/скамейка гимнастическая универсальная.

3.1.15. Теннис:

- корзина для сбора и подачи мячей;
- линии для разметки грунтового корта;
- мяч для тенниса;
- оборудование для ухода за теннисным кортом;
- переносной барьер-сетка для мини-тенниса;
- разделительная сетка;
- ракетка теннисная;
- сетка для тенниса;
- стойка универсальная;
- тренировочная мишень.

3.1.16. Лапта:

- бита для игры в лапту;
- мяч для игры в лапту;
- конусы для разметки игрового поля;
- комплект разметки для игровой площадки.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы дисциплины библиотечный фонд ЧПОУ ЮМТ имеет печатные и/или электронные учебники и разработанные в комплекте с ними учебные пособия (при наличии), допущенные к использованию при реализации образовательных программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования.

При реализации программы дисциплины возможно использование электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации образовательных программ среднего общего образования (лицензионное программное обеспечение, образовательный контент и

система защиты от вредоносной информации, программное обеспечение для цифровой лаборатории, с возможностью онлайн-опроса).

В качестве основной литературы ЧПОУ ЮМТ использует учебники, учебные пособия, предусмотренные ОП.

Наличие электронной информационно-образовательной среды допускает замену печатного библиотечного фонда с предоставлением права одновременного доступа не менее 25 процентов, обучающихся к цифровой (электронной) библиотеке.

Обучающимся ЧПОУ ЮМТ обеспечен доступ, в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в рабочей программе дисциплины и подлежит обновлению.

Обучающиеся ЧПОУ ЮМТ инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными учебными изданиями, адаптированными при необходимости для обучения указанных обучающихся. Образовательная программа обеспечена учебно-методической документацией по учебной дисциплине.

Рекомендации по иному материально-техническому и учебно-методическому обеспечению реализации образовательной программы определяются ЧПОУ ЮМТ самостоятельно.

3.2.1. Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, Интернет-ресурсов

Основная литература:

Лях, В. И. Физическая культура: базовый уровень : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального. Москва : Просвещение, 2025.

Лях, В. И. Физическая культура: базовый уровень : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования / В. И. Лях. — 2-е изд. — Москва :

Просвещение, 2025. — 288 с. — ISBN 978-5-09-124949-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/149106>

Дополнительная литература:

Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 10-11 классы : учебник / Г. И. Погадаев ; под редакцией И. Акинфеева. — 3-е изд. — Москва : Просвещение, 2024. — 112 с. — ISBN 978-5-09-124961-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/149056>

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>

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>

Интернет-ресурсы/ электронные средства обучения/интерактивные средства обучения/онлайн-курсы:

1. Справочно-правовая система «ГАРАНТ» //central/GarantClient2/garant.exe
2. 1С:Предприятие 8.3 //central/1C/1cv8s.exe
3. Электронно-библиотечная система «PROFобразование»:
 - Лях, В. И. Физическая культура: 10-11 классы: базовый уровень : учебник / В. И. Лях. — 11-е изд. — Москва : Просвещение, 2023. — 272 с. — ISBN 978-5-09-103628-2. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/132361>- Барсукова, Л. В. Геометрия. Практикум : учебное пособие / Л. В. Барсукова. — Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2020. — 104 с. — ISBN 978-985-7234-14-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/100358>
 - 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 PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/116615>
 - 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 PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198>
 - Зайцев, А. П. Физическая культура. Футбол : учебное пособие / А. П. Зайцев. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2022. — 130 с. — ISBN 978-5-7782-4673-7. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/126641>
 - Физическая культура. Ускоренное передвижение и легкая атлетика : учебное пособие / Н. А. Шипов, А. В. Трофимов, С. Н. Авдеева, А. В.

Буриков. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 105 с. — ISBN 978-5-4497-0065-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/84086>

- Физическая культура и спорт. Прикладная физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / составители С. А. Дорошенко, Е. А. Дергач. — Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2019. — 56 с. — ISBN 978-5-7638-4027-8. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/100141>

4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины ОУП 12 «Физическая культура»

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Общая/ профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятия
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Темы 1.1, 1.2 П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 П/-о/с; Темы 2.5 П/-о/с; -2.16	- составление словаря терминов, либо кроссворда - защита презентации/доклада-презентации - выполнение самостоятельной работы - составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей, - составление профессиограммы - заполнение дневника самоконтроля - защита реферата - составление кроссворда - фронтальный опрос - контрольное тестирование - составление комплекса упражнений - оценивание практической работы - тестирование - тестирование (контрольная работа по теории) - демонстрация комплекса ОРУ, - сдача контрольных нормативов - сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) - сдача нормативов ГТО - выполнение упражнений на дифференцированном зачете
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Темы 1.1,1.2 П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 П/-о/с; Темы 2.5 П/-о/с; -2.16	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Темы 1.1,1.2 П/-о/с: Темы 1.3, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 П/-о/с; Темы 2.5 П/-о/с; -2.16	
ПК 1.1. Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования	Тема 1.2 П/-о/с;	
ПК 1.2. Организовывать	Темы 2.1 П/-о/с; 2.2	

процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами	П/-о/с; 2.5 П/-о/с;	
ПК 3.1. Проектировать и реализовывать современные программы воспитания на основе ценностного содержания образовательного процесса	Темы 2.3 П/-о/с. 2.4 П/-о/с	

.....

.....
ФИО авторов УД

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОУП 12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах

составлена на основе ФГОС СПО

форма обучения - очная

квалификация – учитель начальных классов