

Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство образования Красноярского края  
Краевое государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Красноярский педагогический колледж № 2»  
Цикловая комиссия социально-гуманитарных дисциплин

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.05 Физкультура

44.02.01 Дошкольное образование

Срок реализации ОПОП-ППССЗ углубленной подготовки:

на очной форме обучения – 2022-2025 уч.г.

на заочной форме обучения – 2022-2026 уч.г.

Год реализации рабочей программы:

на очной форме обучения – 2022-2023 уч.г.

2023-2024 уч.г.

2024-2025 уч.г.

на заочной форме обучения – 2022-2023 уч.г.


2023-2024 уч.г.

2024-2025 уч.г.

РАССМОТРЕНА  
цикловой комиссией  
социально-гуманитарных  
дисциплин

«1» сентября 2022 г.


Председатель

 / Л.А. Нездолей/

Рабочая программа учебной  
дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного  
образовательного стандарта по  
специальности среднего  
профессионального образования  
44.02.01 Дошкольное образование

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по учебной  
работе

 И.Н.Маркина  
«1» сентября 2022 г.

АКТУАЛИЗИРОВАНА

для реализации в 2023-2024 учебном  
году

Председатель цикловой комиссии  
социально-гуманитарных дисциплин

 / Плантаева М.Т. /  
«1» 09 20 23 г.

АКТУАЛИЗИРОВАНА

для реализации в 2024-2025 учебном  
году

Председатель цикловой комиссии  
социально-гуманитарных дисциплин

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
« » 20 г.

Разработчик (и):

Пименов Юрий Борисович, преподаватель

Плотникова Галина Геннадьевна, преподаватель

Шаврин Александр Владимирович, преподаватель

Тихонов Андрей Дмитриевич, преподаватель

Фалёная Наталья Ивановна, преподаватель



## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	13
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физкультура

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена (далее ОПОП-ППССЗ) углубленной подготовки КГБПОУ «Красноярский педагогический колледж №2» в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Срок реализации ОПОП-ППССЗ – на очной форме обучения – 2022-2025 уч.г, на заочной форме обучения – 2022-2025 уч.г.

Данная рабочая программа реализуется на очной форме обучения в 2022-2023 уч.г. в 1 и 2 семестрах, в 2023-2024уч.г. в 3 и 4 семестрах, в 2024-2025 уч.г. в 5 и 6 семестрах;

на заочной форме обучения в 2022-2023 учебном году в 1и 2 семестрах, в 2023-2024уч.г. в 3 и 4 семестрах, в 2024-2025уч.г. в 5 и 6 семестрах.

Учебная дисциплина ОГСЭ.05 Физкультура входит в состав общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

## 1.2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

Содержание учебной дисциплины ориентировано на формирование у студентов следующих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решение в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 3.2. Проводить занятия с детьми дошкольного возраста.

Личностные результаты:

ЛР 9. Соблюдать и пропагандировать правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждать либо преодолевать зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохранять психологическую устойчивость, в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 16. Демонстрировать готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися, родителями (законными представителями) обучающихся, другими педагогическими работниками и специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

ЛР 20. Проявлять умение формулировать цель в соответствии с заданными условиями, критериями, содержанием, предвидеть и оценивать результат деятельности, определять временные рамки реализации плана.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:

У<sub>1</sub> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

У<sub>2</sub>\* - осуществлять профилактические действия в целях оздоровления организма.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:

З<sub>1</sub> - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З<sub>2</sub> - основы здорового образа жизни;

З<sub>3</sub>\* - комплексы упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья.

### 1.3. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка студента 400 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка студента по очной форме 200 часов; по заочной форме 12 часов,
- самостоятельной работы студента по очной форме 200 часов; по заочной форме 388 часов.

### 1.4. Использование объема времени, отведенного на вариативную часть

Вариативная часть в объеме 56 часов направлена:

- а) на расширение и углубление подготовки, определяемой содержанием обязательной части;
- б) обеспечивает подготовку специалистов к активному участию в осуществлении профилактических действий в целях организации оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.

### Перечень общих и профессиональных компетенций, дополнительных знаний, умений, осваиваемых студентами за счет объема времени, отведенного на вариативную часть

№ п/п	Код ОК, ПК	Код дополнительных З, У	№, наименование темы	Кол-во часов
1.	ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 9. ПК 1.1. ПК 3.2. ПК 1.3.	З <sub>3</sub> * - комплексы упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья. У <sub>2</sub> * - осуществлять профилактические действия в целях оздоровления организма.	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.5. Физические упражнения – одно из средств профилактики отклонений в состоянии здоровья	8
2.	ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 7. ОК 9. ПК 1.1. ПК 3.2. ПК 1.3.	З <sub>3</sub> * - комплексы упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья. У <sub>2</sub> * - осуществлять профилактические действия в целях оздоровления организма.	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.6. Технологии физической культуры, используемые в целях профилактики и оздоровления организма.	48
<b>Всего</b>				<b>56</b>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1.1. Объем учебной нагрузки и виды учебной работы студентов при очной форме обучения

Вид учебной работы	Всего	Объем часов по семестрам					
		1	2	3	4	5	6
Максимальная учебная нагрузка (всего)	400	64	88	60	76	64	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	200	32	44	30	38	32	24
в том числе:							
теоретические занятия		-	-	-	-	-	-
практические занятия	200	32	44	30	38	32	24
Самостоятельная работа студента (всего)	200	32	44	30	38	32	24
Промежуточная аттестация в форме		з	з	з	з	з	дз

### 2.1.2. Объем учебной нагрузки и виды учебной работы студентов при заочной форме обучения

Вид учебной работы	Всего	Объем часов по семестрам							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Максимальная учебная нагрузка (всего)	400	64	88	60	76	64	48		
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	12	2	2	2	2	2	2		
в том числе:									
теоретические занятия	12	2	2	2	2	2	2		
практические занятия		-	-	-	-	-	-		
Самостоятельная работа студента (всего)	388	62	86	58	74	62	46		
в том числе:									
контрольная работа				6		12			
Промежуточная аттестация в форме			з		з		дз		



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Коды ОК, ПК, ЛР	Коды знаний и умений	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа студентов	Объем часов (очная форма обучения/ заочная форма обучения)				
				Макс. учебная нагрузка	Самост. работа		Обязательные учебные занятия	
					очная	заочная	Всего	в том числе практ. занятия
1	2	3	4	5	6	7	8	9
ОК 1. ОК 11.	З <sub>1</sub>	<b>Введение</b>	Цель, задачи, предмет и организационная структура учебной дисциплины «Физическая культура». Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном, социальном развитии человека. Значение физической культуры в профессиональной деятельности воспитателя.	2	0	0	2/2	
			Практические занятия					
			1.Освоение приемов измерений функционального состояния организма в процессе занятий физической культурой.				2/0	2/0
		<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека.</b>						
ОК 2. ОК 8. ОК 10.	З <sub>1</sub> У <sub>1</sub>	<b>Тема 1.1. Виды двигательной деятельности как средства физической культуры.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Легкая атлетика. Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Уровень физической подготовленности студента. Легкая атлетика как основа	62		62	30/0	

			<p>формирования умений и навыков двигательной деятельности. Настольный теннис. Элементы игры в настольный теннис. Двусторонняя игра в настольный теннис – как способ организации собственной двигательной деятельности. Правила безопасной организации занятий настольным теннисом. Развитие физических качеств: гибкости.</p> <p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Освоение техники выполнения физических упражнений по легкой атлетике.</p> <p>2. Освоение техники выполнения подачи в игре в настольный теннис.</p> <p>3. Освоение техники выполнения передач и ударов в игре в настольный теннис. Освоение техники физических упражнений на развитие: гибкости.</p> <p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Освоение основных видов движений в ритмике.</p>						
								8/0	
								6/0	
								16/0	
					32				
ОК 2. ОК 8. ОК 10. ЛР 9	З <sub>1</sub> У <sub>1</sub>	Тема 1.2. Виды двигательной деятельности как средства общекультурного и профессионального развития человека.	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Настольный теннис. Элементы игры в настольный теннис. Двусторонняя игра в настольный теннис – как способ организации двигательной деятельности в дошкольном образовательном учреждении. Гимнастика. Строевые приемы. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатика. Подвижные игры со строевыми приемами. Легкая атлетика. Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Легкая атлетика как средство совершенствования физической</p>	88		86	44/2		

			подготовленности.					
			<b>Практические занятия</b>					
			1.Совершенствование техники элементов игры в настольный теннис.					8/0
			2.Совершенствование навыков двусторонней игры в настольный теннис.					12/0
			3. Освоение техники акробатических элементов.					12/0
			4. Совершенствование техники легкоатлетических упражнений.					12/0
			<b>Самостоятельная работа</b>					
			Освоение основных видов движений в ритмике.		44			
ОК 2. ОК 3. ОК 6. ОК 10. ОК 11.	З <sub>1</sub>	<b>Тема 1.3. Баскетбол – как одно из средств социального развития.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Легкая атлетика. Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Легкая атлетика как средство укрепления здоровья. Баскетбол. Элементы баскетбола. Баскетбол – средство взаимодействия с партнерами в команде.	60		58	30/2	
			<b>Практические занятия</b>					
			1. Совершенствование техники бега.					8/0
			2.Освоение техники элементов игры в баскетбол					20/0
			3.Освоение правил игры в баскетбол.					2/0
			<b>Самостоятельная работа</b>					
			Освоение основных видов движений в ритмике.		30			
ОК 2. ОК 3. ОК 6. ОК 10. ОК 11. ЛР 20	З <sub>4</sub>	<b>Тема 1.4. Волейбол – как средство развития и совершенствования двигательных умений и навыков.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Волейбол. Элементы волейбола. Волейбол – как средство общекультурного, профессионального и социального развития человека. Легкая атлетика. Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие, средние и длинные дистанции.	76		74	38/2	
			<b>Практические занятия</b>					

			1.Освоение техники элементов игры в волейбол.					30/0
			2. Освоение правил игры в волейбол.					4/0
			3.Совершенствование техники бега.					4/0
			<b>Самостоятельная работа</b>					
			Совершенствование основных видов движений в ритмике.		38			
ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 9. ПК 1.1. ПК 3.2. ПК 1.3. ЛР 16	З <sub>3</sub> * У <sub>2</sub> *	<b>Тема 1.5. Физические упражнения – одно из средств профилактики отклонений в состоянии здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Легкая атлетика. Бег - средство для укрепления здоровья. Подвижные игры в системе укрепления здоровья. Комплексы упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья.	64		62	32/2	
			<b>Практические занятия</b>					
			1. Развитие выносливости при выполнении легкоатлетических упражнений.					8/0
			2. Подвижные игры с разными видами движений в целях оздоровления организма.					16/0
			3. Комплексы упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья					8/0
			<b>Самостоятельная работа</b>					
			Совершенствование основных видов движений в ритмике.		32			
ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 7. ОК 9. ПК 1.1. ПК 3.2. ПК 1.3. ЛР 20	З <sub>3</sub> * У <sub>2</sub> *	<b>Тема 1.6. Технологии физической культуры, используемые в целях профилактики заболеваний и оздоровления организма.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Оздоровительные технологии как средство профилактики отклонений в состоянии здоровья. Освоение приемов профилактического действия в целях оздоровления организма.	48		46	24/2	
			<b>Практические занятия</b>					
			Овладение приемами профилактических действий в целях оздоровления организма.					24/0
			<b>Самостоятельная работа</b>					
			1. Разработка комплексов упражнений для профилактики отклонений в состоянии		4			

			здоровья.					
			2.Отработка комплекса в группах.		20			
<b>Общее количество по учебной дисциплине</b>				<b>400</b>	<b>200</b>	<b>388</b>	<b>200/12</b>	<b>200/0</b>
<b>Другие виды работ по учебной дисциплине</b>								
ОК 1. ОК 2. ОК 4. ОК 5.	З <sub>1</sub> З <sub>2</sub>	<b>1. Контрольная работа</b>	Самоконтроль при организации самостоятельных занятий по физической культуре.			6		
ОК 1. ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 8.	З <sub>1</sub> З <sub>2</sub>	<b>2. Контрольная работа</b>	Разработка программы физкультурно-оздоровительной деятельности для формирования основ здорового образа жизни.			12		

### 3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты освоения учебной дисциплины		Разделы и темы	Основные показатели оценки результата	Формы контроля и методы оценки
Код ОК и ПК	Код знаний и умений			
1	2	3	4	5
ОК 1. ОК 11.	З <sub>1</sub>	Введение. Цель, задачи, предмет и организационная структура учебной дисциплины «Физическая культура». Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном, социальном развитии человека. Значение физической культуры в профессиональной деятельности воспитателя.	- умение правильно проводить измерения функционального состояния организма в процессе занятий физической культурой.	
ОК 1. ОК 2. ОК 8. ОК 10.	З <sub>1</sub> У <sub>1</sub>	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.1. Виды двигательной деятельности как основные средства физической культуры.	- выполнение элементов в игре в настольный теннис в соответствии с техникой; - обеспечение физкультурной деятельности в соответствии с правилами безопасности; - выполнение основных видов движений в ритмике в соответствии с техникой.	Групповой контроль. Оценка техники элементов в игре в настольный теннис. Оценка выполнения самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка выполнения техники основных видов движений в ритмике.
ОК 2. ОК 3.	З <sub>1</sub> У <sub>1</sub>	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека.	- умение применять правила в игре в настольный теннис; - выполнение акробатических элементов в	Групповой контроль. Оценка развития уровня выносливости.

ОК 6.		культуры человека. Тема 1.2. Виды двигательной деятельности как средства общекультурного и профессионального развития человека.	соответствии с техникой; - обеспечение профилактики травматизма в соответствии с безопасными правилами; - определение показателей развития физических качеств; с учетом разработанных показателей; - выполнение основных видов движений в ритмике в соответствии с техникой.	Оценка выполнения самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка выполнения Освоение основных видов движений в ритмике.
ОК 2. ОК 3. ОК 6. ОК 10. ОК 11.	З <sub>1</sub>	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.3. Баскетбол – как одно из средств социального развития.	- выполнение элементов игры в баскетбол в соответствии с техникой; - самостоятельный выбор методов взаимодействия с партнерами в коллективной двигательной деятельности; - самостоятельный выбор методов решения в стандартных и нестандартных ситуациях; - соблюдение правил игры в баскетбол; - составление комплекса ритмических упражнений; - выполнение элементов хореографии в соответствии с техникой.	Групповой контроль. Оценка соблюдения правил в игре в баскетбол. Оценка выполнения самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка выполнения основных видов движений в ритмике.
ОК 2. ОК 3. ОК 6. ОК 10. ОК 11.	З <sub>4</sub>	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.4. Волейбол – как средство развития и совершенствования двигательных умений и навыков.	- выполнение техники элементов в игре в волейбол в соответствии с техникой и показателями; - самостоятельный выбор методов взаимодействия с партнерами в коллективной двигательной деятельности; - самостоятельный выбор методов решения в стандартных и нестандартных ситуациях; - соблюдение правил игры волейбол; - выполнение танцевальной комбинации в соответствии с требованиями техники.	Групповой контроль. Оценка техники элементов в игре в волейбол. Оценка выполнения самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка выполнения основных видов движений в ритмике.
ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 9. ПК 1.1.	З <sub>3</sub> * У <sub>2</sub> *	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.5. Физические упражнения – одно из средств профилактики	-- имеет представление о профилактике отклонений в состоянии здоровья; - умение использования профилактических приемов в различных видах физических упражнений; - понимание использования физических упражнений в целях профилактики отклонений в состоянии здоровья;	Групповой контроль. Закрепление знаний о действии физических упражнений для оздоровления. Оценка выполнения

ПК 3.2. ПК 1.3		отклонений в состоянии здоровья	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение подбирать физическое упражнение в соответствии с направлением его воздействия;</li> <li>- самостоятельный выбор методов решения в стандартных и нестандартных ситуациях.</li> </ul>	самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка освоения основных видов движений в ритмике.
ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 7. ОК 9. ПК 1.1. ПК 3.2. ПК 1.3.	З <sub>3</sub> * У <sub>2</sub> *	Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – как основа физической культуры человека. Тема 1.6. Технологии физической культуры, используемые в целях профилактики заболеваний и оздоровления организма.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание использования физических упражнений в целях профилактики отклонений в состоянии здоровья;</li> <li>- умение подбирать физическое упражнение в соответствии с направлением его воздействия;</li> <li>- самостоятельный выбор методов решения в стандартных и нестандартных ситуациях;</li> <li>- выполнение приемов профилактического действия в целях оздоровления организма.</li> </ul>	Групповой контроль. Оценка показателей выполнения комплекса упражнений для профилактики отклонений в состоянии здоровья. Оценка выполнения самостоятельной работы. Групповой контроль. Оценка показателей умения выполнения комплекса упражнений.



## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета спортивного зала, кабинета ритмики и хореографии, открытой спортивной площадки для гимнастики, силовых упражнений.

Оборудование учебного кабинета:

1. методическое обеспечение;
2. спортивное оборудование:  
баскетбольные щиты, сетка для игры в волейбол, корзины для игры в баскетбол, стойки, антенны; гимнастические скамейки; гимнастические маты для занятий гимнастикой; гимнастическая перекладина, шведская стенка; оборудование для занятий аэробикой (скакалки, фитболы, гимнастические коврики);
3. спортивный инвентарь:  
для занятий спортивными играми: мячи баскетбольные, волейбольные;  
для занятий настольным теннисом: теннисные мячи, ракетки, столы;  
для занятий легкой атлетикой: секундомеры, флажки;  
для занятий гимнастикой: мячи разного размера, скакалки, гимнастические палки, обручи гимнастические.

Технические средства обучения:

1. компьютеры с лицензионным программным обеспечением;
2. многофункциональный принтер;
3. музыкальный центр;
4. электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране;
5. мегафон

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

**Литература и электронные ресурсы:**

Основные источники:

1. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие для СПО / С.В. Быченков, О.В. Везеницын,. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Профобразование, 2017. — 120 с.  
<http://www.iprbookshop.ru/70294.html>

2. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер, И. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский, С. К. Рябинена. – М.: Издательство Юрайт, 2017. <https://biblio-online.ru/search>
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высшего профессионального образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М.: Издательский центр, 2017. – 442 с.

Дополнительные источники:

1. Абдуллин Р. Р. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» [Электронный ресурс]— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>.
2. Михайлов Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика: учебное пособие для СПО / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. <https://biblio-online.ru/book/A4840E4A-9A7A-4026-9447-C064052F1FA6>

#### **4.3. Общие требования к организации образовательного процесса**

Учебным планом, составленным по стандарту ФГОС 3, предусмотрено проведение занятий по физической культуре через аудиторную и самостоятельную работу. Занятия по физической культуре проводятся в форме практических занятий. В процессе занятий по физической культуре используются педагогические технологии: здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные (дистанционные), игровые, соревновательные. Самостоятельная работа представлена организацией занятий ритмикой в объеме 2 часов в неделю. Самостоятельная работа студентов оценивается в ходе процедуры промежуточной аттестации. Согласно графику проводятся подгрупповые и индивидуальные консультации.

## Лист внесения изменений

Номер изменения	Номер и дата распорядительного документа о внесении изменений	Содержание изменения	ФИО лица, внесшего изменение	Подпись