

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ ИМЕНИ МИХАИЛА МАТУСОВСКОГО»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

ОД.01.06. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

для специальности

54.02.07 Скульптура

2024

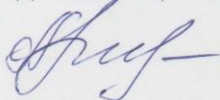
Рассмотрена и согласована предметно - цикловой комиссией «Социально - экономические и гуманитарные дисциплины»

Протокол № 1 от « 28_» августа 2024 г.

Разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 54.02.07 Скульптура (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.10.2014 г. №1385(ред. от 13.07.2021 г.))

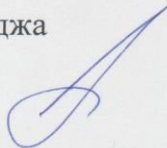
Председатель предметно - цикловой комиссии

А. В. Медяник



Директор колледжа

А.И. Сенчук



Составитель:

Дрогин Л. А. – преподаватель высшей категории федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганская государственная академия культуры и искусств имени Михаила Матусовского»

Оглавление

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
ОД.01.06. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	17
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	Error! Bookmark not defined.0

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОД.01.06. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебного предмета ОД.01.06. Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена (далее ОПОП СПО - ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 54.02.07 Скульптура

Рабочая программа учебного предмета ОД.01.06. Физическая культура может быть использована как часть общеобразовательного цикла образовательной программы СПО в соответствии с ФГОС СОО, СПО.

1.2. Цели и задачи учебного предмета ОД.01.06. Физическая культура- требования к результатам освоения учебного предмета

Цели предмета: содействие формированию гармонично развитой личности, способствование сохранению и укреплению здоровья, дальнейшее развитие и совершенствование физических качеств.

Задачи предмета:

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен

Уметь:

- составить и выполнить комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнить акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнить комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- наблюдать за своим физическим развитием и физической подготовленностью;
- соблюдать правила безопасности при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий;
- включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Знать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

- правила судейства соревнований по одному из программных видов спорта;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- теоретические вопросы, которые касаются изученных тем.

1.3. Использование часов вариативной части в ОПОП СПО - ППСЗ

№ п/п	Дополнительные знания, умения	№, наименования темы	Количество часов	Обоснование включения в программу
-------	-------------------------------	----------------------	------------------	-----------------------------------

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

всего –54 часа, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающихся 36-часов

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся 36 часов

самостоятельная работа обучающихся– 18 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОД.01.06. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Результатом освоения рабочей программы учебного предмета является овладение обучающимся видом деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими компетенциями (ОК) в соответствии с ФГОС СПО и СОО по специальности 54.02.07 Скульптура

Код (согласно ФГОС СПО)	Наименование результата обучения
ОК 01	<p>Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ОК 04	<p>Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ОК 08	<p>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности 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); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;
- иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

Для общеобразовательных дисциплин

Наименование результата обучения	
Знать	Уметь
<ul style="list-style-type: none"> – знание теоретического материала учебных дисциплин государственного образовательного стандарта среднего образования в профессиональной деятельности, – знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек; – знание основ формирования двигательных действий и развития физических качеств; – знание способов закаливания организма и основных приёмов самомассажа; 	<ul style="list-style-type: none"> – овладение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, – умение быть готовым к саморазвитию и самоопределению, – владение коммуникативными и организаторскими навыками. – умение составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма; – умение выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр; – умение выполнять комплексы общих развивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учётом состояния здоровья и физической подготовленности; – умение осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки; – умение соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов; – умение осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта; – умение использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; – умение включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Тематический план учебного предмета ОД. 01.06 Физическая культура

4. Коды компетенций	Наименование разделов, тем	Всего часов	Объем времени, отведённый на освоение предмета				
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся			Самостоятельная работа обучающихся	
			Всего часов	В т.ч. практические занятия, часов	В т.ч. курсовая работа (проект)	Всего часов	В т.ч. курсовая работа (проект), часов
	Раздел 1 Легкая атлетика						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 1.1. Техника бега на короткие дистанции	3	2	2	-	1	-
	Тема 1.2. Прыжки в длину	3	2	2	-	1	-
	Тема 1.3. Техника бега на длинные дистанции	6	4	4	-	2	-
	Раздел 2 Баскетбол						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 2.1. Броски мяча в баскетболе	6	4	4	-	2	-
	Тема 2.2. Движения с мячом	6	4	4	-	2	-
	Раздел 3 Волейбол						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 3.1. Передачи мяча в паре в волейболе	12	10	10	-	2	-
	Раздел 4 Гимнастика						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 4.1. Акробатические элементы	3	3	3	-	-	-
	Тема 4.2. Упражнения на гимнастической скамейке.	3	3	3	-	1	-
	Тема 4.3. Ритмическая гимнастика	4	3	3	-	-	-
	Раздел 5 Кроссовая подготовка						

Коды	Наименование разделов, тем	Всего	Объем времени, отведённый на освоение предмета				
------	----------------------------	-------	--	--	--	--	--

компетенций		часов	Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся			Самостоятельная работа обучающихся	
			Всего часов	В т.ч. практические занятия, часов	В т.ч. курсовая работа (проект)	Всего часов	В т.ч. курсовая работа (проект), часов
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 5.1. Бег на короткие дистанции с низкого старта	2	2	2	–	–	–
	Тема 5.2. Челночный бег 3х10 метров. Эстафетный бег.	3	2	2	–	1	–
	Тема 5.3. Бег на средние дистанции	6	4	4	–	2	–
	Раздел 6 Лёгкая атлетика						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 6.1. Бег на короткие дистанции.	2	2	2	–	–	–
	Тема 6.2. Эстафетный бег.	3	1	1	–	2	–
	Тема 6.3. Прыжки в длину с места.	3	1	1	–	2	–
	Раздел 7 Баскетбол						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 7.1. Передачи мяча в баскетболе.	6	4	4	–	2	–
	Тема 7.2. Броски с различных дистанций в баскетболе.	6	4	4	–	2	–
	Раздел 8 Волейбол						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 8.1. Передачи мяча в тройках в волейболе.	12	10	10	–	2	–

Коды компетенций	Наименование разделов, тем	Всего часов	Объем времени, отведённый на освоение предмета				
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся			Самостоятельная работа обучающихся	
			Всего часов	В т.ч. практические занятия, часов	В т.ч. курсовая работа (проект)	Всего часов	В т.ч. курсовая работа (проект)
	Раздел 9 Гимнастика						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 9.1. Акробатические упражнения.	6	4	4	–	2	–
	Тема 9.2. Упражнения на бревне.	3	2	2	–	1	–
	Тема 9.3. Степ-аэробика.	10	8	8	–	2	–
	Раздел 10 Кроссовая подготовка						
ОК 1 ОК 4 ОК 8	Тема 10.1. Техника бега на короткие дистанции.	4	4	4	–	–	–
	Тема 10.2. Техника бега по виражу.	8	4	4	–	4	–
	Тема 10.3. Бег на средние и длинные дистанции.	10	8	8	–	2	–
Промежуточная аттестация:							зачёт с оценкой
Всего часов:		130	92			38	

3.2. Содержание обучения по учебному предмету ОД 01.06. Физическая культура

Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях физической культуры и овладение приёмами доврачебной помощи Значение формирования здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда. Бег на короткие дистанции беговые и прыжковые упражнения, 6-минутный бег.	12
Тема 1.1. Техника бега на короткие дистанции	Практическое занятие Легкоатлетические упражнения (беговые, подводящие), бег на короткие дистанции 30, 60. Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Значение формирования здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда. Краткий конспект	2 1
Тема 1.2 Прыжки в длину.	Практическое занятие Прыжковые упражнения, многоскоки. Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Овладение основными приёмами неотложной доврачебной помощи (ушибы, растяжения, кровотечения). Краткий конспект	2 1
Тема 1.3 Техника бега на длинные дистанции	Практическое занятие Кроссовая подготовка, 6-минутный бег Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Овладение основными приёмами неотложной доврачебной помощи (солнечный и тепловой удары). Краткий конспект	4 2

Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
Раздел 2. Баскетбол	Содержание учебного материала	12
	Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приёмы овладения мячом), приём техники защита — перехват, приёмы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощённым правилам баскетбола. Игра по правилам. Ускорения, бег спиной вперёд, приставной шаг, бросок из под кольца, броски с различных дистанций, штрафной бросок	
Тема 2.1. Броски мяча в баскетболе	Практическое занятие	4
	Ускорения, бег спиной вперёд, приставной шаг, бросок из под кольца, броски с различных дистанций, штрафной бросок	
	Самостоятельная работа обучающихся	2
	Тематика самостоятельной работы: Самостоятельные занятия физкультурно-оздоровительной деятельностью. Краткий конспект.	
Тема 2.2 Движения с мячом в баскетболе	Практическое занятие	4
	Передачи мяча в парах, ведение мяча, двойной шаг, штрафной бросок	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
	Тематика самостоятельной работы: «Профилактика вредных привычек»	
Раздел 3. Волейбол	Содержание учебного материала	12
Стойки, перемещения, передача, подача, нападающий удар, приём мяча снизу двумя руками, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощённым правилам волейбола. Игра по правилам. Стойка игрока и передвижения. Передачи мяча. Верхняя и нижняя передачи мяча в волейболе. Нижняя подача мяча, игровые ситуации. Упражнения для развития прыжковой и силовой выносливости. Действия игроков в защите.		
Тема 3.1. Передачи мяча в паре в волейболе	Практическое занятие	10
	Верхняя и нижняя передачи мяча в волейболе.	2
	Самостоятельная работа обучающихся	
	Тематика самостоятельной работы: Подготовка реферативного сообщения «Правила игры в волейболе»	

Раздел 4. Гимнастика	Содержание учебного материала	21
	Кувьрки, стойки, акробатические элементы. Акробатические упражнения. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения на бревне. Подводящие упражнения к опорному прыжку. Прыжок с места, с разбега. Ритмическая гимнастика с предметом и без, танцевальная аэробика, степ-аэробика. Упражнения со скакалкой, обручем.	
Тема 4.1 Акробатические элементы	Практическое занятие:	3
	Акробатические элементы	
Тема 4.2 Упражнения на гимнастической скамейке	Практическое занятие:	3
	Упражнения на гимнастической скамейке.	
	Самостоятельная работа обучающихся	2
	Тематика самостоятельной работы: Выполнить тесты, позволяющие самостоятельно анализировать состояние здоровья. Тесты для определения функционального состояния организма	
Тема 4.3 Ритмическая гимнастика	Практическое занятие	3
	Степ-аэробика. Упражнения со скакалкой, обручем.	
	Самостоятельная работа обучающихся	1
	Тематика самостоятельной работы: Дневник самоконтроля.	
Раздел 5. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала	11
	Совершенствование техники низкого старта. Совершенствование бега на короткие дистанции. Челночный бег 3x10 метров. Эстафетный бег. Бег по виражу. Передача эстафетной палочки. Кросс.	
Тема 5.1. Бег на короткие дистанции	Практическое занятие	2
	Совершенствование техники низкого старта. Совершенствование бега на короткие дистанции (30,60,100 метров).	
Тема 5.2 Челночный бег 3x10 метров. Эстафетный бег.	Практическое занятие	2
	Бег по виражу. Передача эстафетной палочки.	
	Самостоятельная работа обучающихся	1
	Тематика самостоятельной работы: Комплекс утренней гимнастики. Составление комплексов утренней гимнастики	

Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
Тема 5.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практическое занятие	4
	Бег на дистанцию 2000, 3000 м	
	Самостоятельная работа обучающихся	2
Раздел 6. Лёгкая атлетика	Тематика самостоятельной работы: Составление комплексов производственной гимнастики	10
	Содержание учебного материала	
Тема 6.1 Бег на короткие дистанции	Возвратно-переменный бег, легкоатлетические упражнения. Бег на короткие дистанции (60 метров). Бег на короткие дистанции (100 метров), эстафетный бег. Кросс до 800 метров. Кросс 2000, 3000 метров. Упражнения для развития прыгучести.	2
	Практическое занятие	
Тема 6.2 Эстафетный бег	Бег на 60, 100 метров	1
	Практическое занятие	
	Кросс до 800 метров. Кросс 2000, 3000 метров	
Тема 6.3. Прыжки в длину с места	Самостоятельная работа обучающихся	2
	Тематика самостоятельной работы: Изучение материала по обучению приёмам массажа	
	Тематика самостоятельной работы: Самомассаж при физическом и умственном утомлении.	
Раздел 7. Баскетбол	Содержание учебного материала	12
	Ведение мяча, передачи на месте и в движении. Тактические действия игрока. Штрафной бросок. Двойной шаг	
Тема 7.1. Передачи мяча	Практическое занятие	4
	Ведение мяча, передачи на месте и в движении	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
Тематика самостоятельной работы: Тактические действия игрока		

Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
Тема 7.2. Броски с различных дистанций	Практическое занятие	4
	Штрафной бросок. Двойной шаг	
	Самостоятельная работа обучающихся	2
Тематика самостоятельной работы: Освоение методов профилактики профессиональных заболеваний		
Раздел 8 Волейбол	Содержание учебного материала	12
	Стойка игрока и передвижения. Передачи мяча. Верхняя и нижняя передачи мяча в волейболе. Нижняя подача мяча, игровые ситуации. Действия игроков в защите. Тактические действия игроков в волейболе	
Тема 8.1. Передачи мяча в тройках в волейболе	Практическое занятие	10
	Верхняя и нижняя передачи мяча в волейболе в зону.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
	Тематика самостоятельной работы: Реферативное сообщение Основные приёмы психо-регулирующих упражнений	
Раздел 9 Гимнастика	Содержание учебного материала	21
	Кувырки, стойки, акробатические элементы. Акробатические упражнения. Упражнения на гим. скамейке. Подводящие упражнения к опорному прыжку. Прыжок с места. Ритм. гимнастика.	
Тема 9.1 Акробатические упражнения	Практическое занятие:	4
	Акробатические элементы	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
Теоретические тесты по гимнастике		
Тема 9.2 Упражнения на бревне	Практическое занятие:	2
	Упражнения на гимнастическом бревне.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	1
	Тематика самостоятельной работы: Реферативное сообщение «Виды дыхательной гимнастики»	
Тема 9.3 Степ-аэробика	Практическое занятие:	8
	Степ-аэробика. Упражнения со скакалкой, обручем.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
	Тематика самостоятельной работы: психо-регулирующая тренировка после концертной деятельности	

Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
Раздел 10. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала Совершенствование техники низкого старта. Совершенствование бега на короткие дистанции (30,60,100 метров). Челночный бег 3x10 метров. Эстафетный бег. Бег по виражу. Передача эстафетной палочки. Кроссовая подготовка.	20
Тема 10.1. Бег на короткие дистанции	Практическое занятие: Совершенствование техники низкого старта. Совершенствование бега на короткие дистанции (30,60,100 метров).	4
Тема 10.2. Эстафетный бег.	Практическое занятие: Бег по виражу. Передача эстафетной палочки.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Тематика самостоятельной работы: Комплекс психо-регулирующей тренировки перед концертной деятельностью	2
Тема 10.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практическое занятие: Бег на дистанцию 2000, 3000 м	8
	Самостоятельная работа обучающихся: Тематика самостоятельной работы: Комплекс упражнений для коррекции зрения.	2
Промежуточная аттестация:		зачёт с оценкой
Всего часов		(92+38) 130

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОД 01.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебного предмета предполагает наличие (универсального) спортивного зала, оснащённого спортивным инвентарём и оборудованием, открытых спортивных площадок, обеспечивающих достижение результатов освоения дисциплины;

Подготовка внеаудиторной работы должна обеспечиваться доступом каждого обучающегося к базам данных и библиотечным фондам. Во время самостоятельной подготовки, обучающиеся должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Оборудование и инвентарь спортивных сооружений:

Спортивные игры: щит баскетбольный игровой (комплект); кольца баскетбольные, мяч баскетбольный №7 массовый, мяч баскетбольный №5 массовый, мяч футбольный №5 массовый, насос для накачивания мячей с иглой, жилетки игровые, сетка для хранения мячей, аптечка медицинская.

Гимнастика: стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая, комплект матов гимнастических №2, мостик гимнастический подкидной, бревно гимнастическое напольное, коврик гимнастический, палка гимнастическая №3, обруч гимнастический №2, скакалка гимнастическая, перекладина навесная универсальная, брусья навесные, комплект гантелей обрезиненных.

Технические средства обучения: аппаратура для музыкального сопровождения, персональный компьютер (ведение мониторингов и иных документов)

4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности

Освоение обучающимися учебного предмета ОУП.10 Физическая

культура может проходить в условиях созданной образовательной среды как в образовательной организации (учреждении), так и в организациях соответствующих профилю учебного предмета.

Преподавание учебного предмета должно носить практическую направленность. В процессе практических занятий обучающиеся закрепляют и углубляют теоретические знания, приобретают необходимые профессиональные умения и навыки.

Теоретические и практические занятия должны проводиться в спортивном зале согласно федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности.

Текущий и промежуточный контроль обучения складывается из следующих компонентов:

текущий контроль: опрос обучающихся на занятиях, проведение тестирования, оформление отчётов по практическим занятиям, решение производственных задач обучающимися в процессе проведения теоретических занятий и т.д.;

промежуточный контроль: зачёт, зачет с оценкой (в соответствии с учебным планом специальности).

4.3. Кадровое обеспечение образовательной деятельности

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ОПОП СПО – ППССЗ по специальностям должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное, высшее образование, соответствующее профилю учебного предмета ОД.01.06. Физическая культура. Доля преподавателей, имеющих высшее образование, должна составлять не менее 95 процентов в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной основной образовательной программе.

Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

До 10 процентов от общего числа преподавателей, имеющих высшее образование, может быть заменено преподавателями, имеющими СПО и государственные почётные звания в соответствующей профессиональной сфере, или специалистами, имеющими СПО и стаж практической работы в соответствующей профессиональной сфере более 10 последних лет.

4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. [Бегидова Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учеб. пособие для вузов / Т. П. Бегидова. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2022. – 210 с. – 978-5-534-14815-2. Академия](#)
2. [Капустина Т.В. Применение средств оздоровительной аэробики в процессе эстетического воспитания студенток / Т.В. Капустина, А.А. Алпатова, Ю.Ю. Плужникова // Здоровье, спорт, реабилитация. – 2018. – № 1. – 60–66 с.](#)
3. [Маскаева Т.Ю. Применение фитнес-технологий в физическом воспитании студентов транспортного вуза : учеб. пособие. – М. : РУТ \(МИИТ\), 2020. – 60 с.](#)
4. [Пшечук-Воронина Я.Ю. Физическая подготовка будущих хореографов на занятиях физической культуры: монография / Я. Ю. Пшечук-Воронина. – Луганск: Изд-во ГОУК ЛНР «ЛГАКИ имени М. Матусовского», 2020. – 217 с.](#)
5. [Сверигина Л. А. Рациональное питание для студентов с различной двигательной активностью : метод. пособие. – Казань : КФУ, 2018. – 70 с.](#)

6. [Физическое воспитание учащейся молодежи в современных образовательных условиях: монография посвящена 25-летию научной школы Т.Т. Ротерс / под общ. ред. Т.Т. Ротерс. ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ». – Луганск : «Книга», 2021. – 168 с.](#)

Дополнительные источники

1. Министерство культуры Российской Федерации [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://culture.gov.ru>

2. [Министерство науки и высшего образования Российской Федерации \[Электронный ресурс\]](#) – Режим доступа: <https://minobrnauki.gov.ru>

3. [www. minstm. gov. ru](http://www.minstm.gov.ru) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

4. [www. edu. ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование»).

5. [www. olympic. ru](http://www.olympic.ru) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

6. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

7. Федеральный закон от 04.08.2023 № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202308040076?index=1>

8. [www. minstm. gov. ru](http://www.minstm.gov.ru) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

9. [www. edu. ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование»).

10. [www. olympic. ru](http://www.olympic.ru) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

11. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

12. Федеральный закон от 04.08.2023 № 479-ФЗ «О внесении

изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
[Электронный ресурс] – Режим доступа:
<http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202308040076?index=1>

13. [Головнева, Г. С. Физическое воспитание и туризм в летних лагерях : практ. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д. А. Ковалев. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2011. – 70 с.](#)

14. [Решетников, Н. В. Физическая культура : учеб. пособие / Ю. Л. Кислицин. – М. : Академия, 2000. – 152 с.](#)

15. [Сайганова, Е. Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие / Е. Г. Сайганова, В. А. Дудов. – М. : Издательство Российской академии государственной службы. 2010. – 225 с.](#)

16. [Спортивное ориентирование : учеб. пособие / сост. Н. Н. Ключникова, Н. А. Чернова. – Ульяновск : УлГТУ, 2009. – 102 с.](#)

17. [Физическая культура студента : учебник / под ред. В. И. Ильинича. – М. : Гардарики, 2003. – 448 с.](#)

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем при проведении практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения	Основные показатели оценки результатов	Формы и методы контроля и оценки
<p>Знать: роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила судейства соревнований по одному из программных видов спорта; – способы закаливания организма и основные приёмы самомассажа; – теоретические вопросы, которые касаются изученных тем. 	<p>Защита реферата; фронтальный опрос; контрольное тестирование; тестирование (контрольная работа по теории)</p>	<p>Составление словаря терминов, либо кроссворда; защита презентации/доклада-презентации; выполнение самостоятельной работы; составление профессиограммы; заполнение дневника самоконтроля</p>
<p>Уметь: составить и выполнить комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнить акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр; – выполнить комплексы общих развивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учётом состояния здоровья и физической подготовленности; – наблюдать за своим физическим развитием и физической подготовленностью; – соблюдать правила безопасности при 	<p>Двигательные тесты по гимнастике, баскетболу и волейболу, лёгкой атлетике. Сдача нормативов ГТО</p>	<p>Составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных особенностей, составление комплекса упражнений; оценивание практической работы (тестирование); демонстрация комплекса ОРУ, сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) выполнение упражнений на дифференцированном зачёте</p>

<p>выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;</p> <ul style="list-style-type: none">– использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий;– включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.		
---	--	--