



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
*государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Самарской области  
«Отраденский нефтяной техникум»*

УТВЕРЖДЕНО

Приказ директора  
от 31 мая 2023 г. № 216-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**общеобразовательного цикла  
основной образовательной программы  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности**

**44.02.01 Дошкольное образование**

*профиль обучения:* гуманитарный

г.о. Отрадный, 2023

**РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ**

Цикловой комиссии ОО и СЭЦ

Председатель

\_\_\_\_\_  
19.05.2023г

Ю.В. Морозова

Составитель: Тихонова Л.С., преподаватель ГБПОУ «Отраденский нефтяной техникум»

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы с получением среднего общего образования, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС СОО, а также с учётом требований ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	12
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	19
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	21
Приложение 1 .....	22
Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету.....	22
Приложение 2 .....	23
Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО .....	23
Приложение 3 .....	25
Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО .....	25

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета ОУП.12 Физическая культура разработана на основе:

федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, приказ Минобрнауки РФ от 17.05.2012 N 413 (ред. от 12.09.2022) О внесении изменений во ФГОС СОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ (далее – ФГОС СОО);

примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) (далее – ПООП СОО);

федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) специальности 44.02.01 Дошкольное образование;

учебного плана по специальности 44.02.01 Дошкольное образование;

рабочей программы воспитания по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Программа учебного предмета ОУП.12 Физическая культура разработана в соответствии с Концепцией преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования, утвержденной распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 30.04.2021 № Р-98, на основании письма Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2021 № 05-1136 «О направлении методик преподавания».

Содержание рабочей программы по предмету ОУП.12 Физическая культура разработано на основе:

синхронизации образовательных результатов ФГОС СОО (личностных, предметных, метапредметных) и ФГОС СПО (ОК, ПК) с учетом профильной направленности специальности;

интеграции и преемственности содержания по предмету ОУП.12 Физическая культура и содержания учебных дисциплин, профессиональных модулей ФГОС СПО.

### **1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:**

Учебный предмет ОУП.12 Физическая культура изучается в общеобразовательном цикле основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ООП СПО) по специальности 44.02.01 Дошкольное образование на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

На изучение предмета ОУП.12 Физическая культура по специальности 44.02.01 Дошкольное образование отводится 78 часов в соответствии с учебным

планом по специальности 44.02.01 Дошкольное образование. Программа содержит тематический план, отражающий количество часов, выделяемое на изучение разделов и тем в рамках предмета ОУП.12 Физическая культура.

Контроль качества освоения предмета ОУП.12 Физическая культура проводится в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на предмет, как традиционными, так и инновационными методами, включая компьютерное тестирование. Результаты контроля учитываются при подведении итогов по предмету.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета по итогам изучения предмета.

## **1.2. Цели и задачи учебного предмета**

Реализация программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура в структуре ООП СПО направлена на достижение цели по:

освоению образовательных результатов ФГОС СОО: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные базового уровня (ПРб),

подготовке обучающихся к освоению общих и профессиональных компетенций (далее – ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

В соответствии с ПООП СОО содержание программы направлено на достижение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия (далее – УУД), включая формирование компетенций в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

Формирование УУД ориентировано на профессиональное самоопределение обучающихся, развитие базовых управленческих умений по планированию и проектированию своего профессионального будущего.

### **1.3. Общая характеристика учебного предмета**

Предмет ОУП.12 Физическая культура изучается на базовом уровне.

Предмет ОУП.12 Физическая культура имеет междисциплинарную связь с предметами общеобразовательного и дисциплиной общепрофессионального цикла ОУП.03 Математика, ОУП.13 Основы безопасности жизнедеятельности, ОП.07 Возрастная анатомия, физиология и гигиена, а также междисциплинарными курсами (далее – МДК) профессионального цикла МДК.01.01 Медико-биологические и социальные основы здоровья, МДК.01.02 Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста, МДК.01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков, профессиональным модулем (далее – ПМ) ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития детей раннего и дошкольного возраста.

Предмет ОУП.12 Физическая культура имеет междисциплинарную связь с учебной дисциплиной ОП.14 Общие компетенции профессионала в части развития читательской, естественно-научной грамотности, а также формирования общих компетенций в сфере работы с информацией, самоорганизации и самоуправления, коммуникации.

Содержание предмета направлено на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО.

В профильную составляющую по предмету входит профессионально ориентированное содержание, необходимое для формирования у обучающихся общих и профессиональных компетенций.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета ОУП.12 Физическая культура особое внимание уделяется развитию физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой.

В программе по предмету ОУП.12 Физическая культура, реализуемой при подготовке обучающихся по специальностям, профильно-ориентированное содержание находит отражение:

Раздел 1. Тема 1.1 Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой;  
Тема 1.2 Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой.

Раздел 4. Тема 4.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка;  
Тема 4.2 Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО».

#### 1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В рамках программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРБ):

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
<b>Личностные результаты (ЛР)</b>	
ЛР 01	Сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества
ЛР 05	Готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях
ЛР 08	Сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России.
ЛР 09	Ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде
ЛР 10	Идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу
ЛР 14	Способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности
ЛР 15	Осознание личного вклада в построение устойчивого будущего
ЛР 21	Сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью
ЛР 22	Потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью
ЛР 23	Активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью
ЛР 25	Готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность.
ЛР 26	Интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы
ЛР 27	Готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни
ЛР 35.	Осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять

<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:</b>
	проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.
<b>Личностные результаты программы воспитания (ЛРВР)</b>	
ЛР 7	Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности
ЛР 8.1	Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп.
ЛР 8.2	Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.
ЛР 9.1	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
ЛР 9.2	Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
ЛР 11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.
<b>Метапредметные результаты (МР)</b>	
МР 01	Самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне
МР 02	Устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения
МР 03	Определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения
МР 05	Вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности
МР 08	Способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 09	Овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов
МР 11	Ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях
МР 17	Уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности
МР 18	Уметь интегрировать знания из разных предметных областей
МР 21	Владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления
МР 24	Использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР 28	Владеть различными способами общения и взаимодействия
МР 29	Аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации
МР 31	Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы
МР 32	Выбирать тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива
МР 33	Принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы



<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:</b>
MP 34	Оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям
MP 38	Самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях
MP 42	Делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение
MP 44	Способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень
MP 45	Давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям
MP 46	Владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований
MP 47	Использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения
MP 48	Уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению

В процессе освоения предмета ОУП.12 Физическая культура у обучающихся целенаправленно формируются универсальные учебные действия, включая формирование компетенций, обучающихся в области учебно-исследовательской и проектной деятельности, которые в свою очередь обеспечивают преемственность формирования общих компетенций ФГОС СПО.

<b>Виды универсальных учебных действий ФГОС СОО</b>	<b>Коды ОК</b>	<b>Наименование ОК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование)</b>
Познавательные универсальные учебные действия (формирование собственной образовательной стратегии, сознательное формирование образовательного запроса)	ОК 01. ОК 05. ОК 09.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке РФ с учетом особенностей социального и культурного контекста. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.
Коммуникативные универсальные учебные действия (коллективная и индивидуальная деятельность для решения учебных, познавательных, исследовательских, проектных, профессиональных задач)	ОК 04. ОК 06.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе гармонизации межнациональных и межрегиональных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.
Регулятивные универсальные учебные действия (целеполагание, планирование, руководство,	ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения

контроль, коррекция, построение индивидуальной образовательной траектории)	ОК 03.	задач профессиональной деятельности. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.
	ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
	ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В целях подготовки обучающихся к будущей профессиональной деятельности при изучении учебного предмета ОУП.12 Физическая культура закладывается основа для формирования ПК в рамках реализации ООП СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Коды ПК	Наименование ПК (в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование)
<b>ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста</b>	
ПК 1.1.	Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования в области физического развития детей раннего и дошкольного возраста
ПК 1.3.	Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья детей раннего и дошкольного возраста, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в их самочувствии.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебного предмета</b>	<b>78</b>
<b>Основное содержание</b>	<b>69</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	-
лабораторные/практические занятия	67
<b>Профессионально ориентированное содержание</b>	<b>9</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	-
лабораторные/практические занятия	7
самостоятельная работа	2
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>	

### 3. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУП.12 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
<b>Раздел 1.</b>	<b>Лёгкая атлетика</b>	<b>20</b>			
<b>Тема 1.1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ПР6 1-6	ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
<b>Бег</b>			ЛР01, ЛР05; ЛР08;		
1	Низкий и высокий старт	1	ЛР 9-10; ЛР14-15,		
2	Бег на скорость. Финиширование	1	ЛР21-23; ЛР 35		
3	Бег 100 метров	1	МР01, МР03,		
4	Эстафетный бег 4x100м	1	МР05; МР08; МР		
5	Тактика бега на средние дистанции	1	21; 24;		
6	Развитие выносливости	1	МР 29-34; МР 37;		
7	Тактика бега на длинные дистанции	1	МР 45-46		
8	Бег на 2000м в среднем темпе	1			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>			
	Низкий и высокий старт	1			
	Бег на скорость. Финиширование	1			
	Бег 100 метров	1			
	Эстафетный бег 4x100м	1			
	Тактика бега на средние дистанции	1			
	Развитие выносливости	1			
	Тактика бега на длинные дистанции	1			
	Бег на 2000м в среднем темпе	1			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-			
<b>Тема 1.2</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ПР6 1-6	ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
<b>Прыжки</b>			ЛР01, ЛР05; ЛР08;		
1	Развитие физических качеств	1	ЛР 9-10; ЛР14-15,		
2	Прыжки в высоту способом «перешагивание»	1	ЛР21-23; ЛР 35		
3	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	МР01, МР03,		
4	Прыжки в длину с места	1			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	<b>Лабораторные занятия</b>	-	MP05; MP08; MP 21; 24; MP 29-34; MP 37; MP 45-46		
	<b>Практические занятия</b>	4			
	Развитие физических качеств	1			
	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			
	Прыжки в высоту способом «перекидной»	1			
	Прыжки в длину с места	1			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-			
<b>Тема 3. Метание гранаты</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 MP01, MP03, MP05; MP08; MP 21; 24; MP 29-34; MP 37; MP 45-46	ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	1 Метание гранаты с места	1			
	2.Метание гранаты с разбега	1			
	3. Метание гранаты на дальность	1			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	4			
	1 Метание гранаты с места	1			
	2.Метание гранаты с разбега	1			
	3. Метание гранаты на дальность	2			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-				
<b>Тема 4. Толкание ядра</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 MP01, MP03, MP05; MP08; MP 21; 24; MP 29-34; MP 37; MP 45-46	ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	1.Техника безопасности на занятиях	1			
	2. Толкание ядра с места	1			
	3.Толкание ядра со скачка	2			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	4			
	1.Техника безопасности на занятиях	1			
	2. Толкание ядра с места	1			
	3.Толкание ядра со скачка	2			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы	
<b>Профессионально-ориентированное содержание</b>		<b>2</b>				
<b>Тема 1.1</b> <b>Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03, МР05; МР08; МР 21; 24; МР 29-34; МР 37; МР 45-46	ПК 1.1., ПК 1.3. ОК 01-06	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое	
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики					
	<b>Лабораторные занятия</b>					
	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>				
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики	1				
	<b>Контрольные работы</b>	-				
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-					
<b>Тема 1.2.</b> <b>Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03, МР05; МР08; МР 21; 24; МР 29-34; МР 37;	ПК 1.1., ПК 1.3. ОК 01-06	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое	
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики					
	<b>Лабораторные занятия</b>					
	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>				
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики	1				
	<b>Контрольные работы</b>	-				
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-					
<b>Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол</b>		<b>18</b>				
<b>Тема 2.1</b> <b>Техника приёмов игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>18</b>	ПР/6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03, МР05; МР08; МР 21; 24; МР 29-34; МР 37; МР 45-46	ОК 02-04; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое	
	1	Техника безопасности на занятиях волейболом				1
	2	Правила игры. Жесты судей				1
	3	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола				2
	4	Техника приёмов игры				3
	5	Тактика защиты				4
	6	Тактика нападения				4
	7	Учебные игры по правилам				3
<b>Лабораторные занятия</b>		-				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	<b>Практические занятия</b>	<b>18</b>			
	Техника безопасности на занятиях волейболом	1			
	Правила игры. Жесты судей	1			
	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	2			
	Техника приёмов игры	3			
	Тактика защиты	4			
	Тактика нападения	4			
	Учебные игры по правилам	3			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-			
<b>Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол.</b>		<b>16</b>			
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16</b>	ПР6 1-6	ОК 01-04; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
1	Техника безопасности на занятиях баскетболом	1	ЛР01, ЛР05; ЛР08;		
2	Правила игры. Жесты судей.	1	ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35		
3	Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	2	МР01, МР03, МР05; МР08; МР		
4	Техника приёмов игры	2	21; 24;		
5	Тактик защиты	4	МР 29-34; МР 37;		
6	Тактика нападения	4	МР 45-46		
7	Учебные игры по правилам	2			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>			
	Техника безопасности на занятиях баскетболом	1			
	Правила игры. Жесты судей.	1			
	Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	2			
	Техника приёмов игры	2			
	Тактик защиты	4			
	Тактика нападения	4			
	Учебные игры по правилам	2			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-			
<b>Раздел 4. Гимнастика</b>		<b>17</b>			
<b>Тема 4.1 Основная гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03, МР05; МР08; МР 21; 24; МР 29-34; МР 37; МР 45-46	ОК 02-08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	1. Строевые приемы.	2			
	2. Построения и перестроения	2			
	3. Общеразвивающие упражнения без предмета и с предметом.	2			
	4. Прикладные упражнения	2			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>			
	Строевые приемы	2			
	Построения и перестроения	2			
	Общеразвивающие упражнения без предмета и с предметом	2			
	Прикладные упражнения (лазание по канату)	2			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-			
<b>Тема 4.2 Акробатика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>9</b>	ПР6 1-6 ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03,	ОК02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	1. Элементы - 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»				
	2. Выполнение акробатической комбинации				



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
	Дев.- О.С.: Равновесие на левой (правой) - Шагом правой кувырок вперед ноги скрестно и поворот кругом - Кувырок назад - Перекатом назад стойка на лопатках - Кувырок назад через плечо в упор, стоя на левом (правом) колене, правую (левую) назад. Встать - Переворот боком «колесо». Приставляя правую (левую) прыжок прогнувшись, И.П		MP05; MP08; MP 21; 24; MP 29-34; MP 37; MP 45-46		
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	<b>9</b>			
	Освоение акробатических элементов	4			
	Совершенствование акробатической комбинации	2			
	Развитие физических способностей средствами акробатики	3			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-			
<b>Профессионально-ориентированное содержание - 5 ч + 2ч самостоятельной работы</b>					
<b>Тема 4.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ПР6 1-6	ПК 1.1., ПК 1.3. ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики; развитие физических качеств		ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15, ЛР21-23; ЛР 35		
	<b>Лабораторные занятия</b>	-	MP01, MP03, MP05; MP08; MP 21; 24;		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	MP 29-34; MP 37; MP 45-46		
	Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики	1			
	Развитие физических качеств	1			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	-				
<b>Тема 4.2 Составление и проведение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	ПР6 1-6	ПК 1.1., ПК 1.3. ОК 02-03; ОК 08	ЛРВР 7,8.1-9.2,14 Физическое
	Составление самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО».	1	ЛР01, ЛР05; ЛР08; ЛР 9-10; ЛР14-15,		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Направления воспитательной работы
<b>самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»</b>	Проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	1	ЛР21-23; ЛР 35 МР01, МР03, МР05; МР08; МР 21; 24; МР 29-34; МР 37; МР 45,46		
	Упражнения для подготовки к выполнению тестовых упражнений	1			
	<b>Лабораторные занятия</b>	-			
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>			
	Составление самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	1			
	Проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	1			
	Дифференцированный зачет.	1			
	<b>Контрольные работы</b>	-			
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>2</b>			
	Самостоятельные занятия по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	2			
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)</b>		1,2с	<b>Всего: 78 ч</b>		

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

##### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены спортивные сооружения:

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

Перечень оборудования и инвентаря спортивных сооружений:

Спортивный зал:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки, маты гимнастические, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, палки гимнастические, мячи набивные, Обручи гимнастические, гранаты для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры,

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

##### Информационное обеспечение обучения

###### Основные источники

###### Для преподавателей

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
1	Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования	Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. — 3-е изд.,	Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 493 с.
2	Учебник: "Подготовка студентов к сдаче норм комплекса "Готов к труду и обороне"	Белова Т. Ю, Ковальчук И.Б. Павлова И. В.	Изд-во: Советский спорт,2021
3	«Физическая культура»	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Москва: КноРус, 2018.
4	Физическая культура студента: учебник	Попович А.П.	Уральский университет, 2018
5	Физическая культура: учебник	Федонов Р.А.	Москва:Русайнс,2021.
6	Физическая культура: учебник	Лях В.И.	Акционерное общество "Издательство "Просвещение" 2022

### Дополнительные источники (ДИ):

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
1	Физическая культура: учебник	М.Я. Виленский, А.Г. Горшков.	Москва: КноРус, 2021.
2	Физическая культура: учебник	В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий	Москва: КноРус, 2021.

### Интернет-ресурсы (ИР):

№ п/п	Ссылка
1	<a href="http://lib.sportedu.ru/">http://lib.sportedu.ru/</a> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].
2	<a href="http://www.iprbookshop.ru/52588.">http://www.iprbookshop.ru/52588.</a> – ЭБС «IPRbooks»
3	<a href="http://www.iprbookshop.ru/43905.html">http://www.iprbookshop.ru/43905.html.</a> – ЭБС « (волейбол, теория и практика)»
4	<a href="http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php">http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php</a>
5	<a href="http://www.minstm.gov.ru">http://www.minstm.gov.ru</a> Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации
6	<a href="http://www.2fml.com">www.2fml.com</a> Правила игры в футбол
7	Сайт «Лёгкая атлетика в России»: <a href="http://www.rusathletics.com">http://www.rusathletics.com</a>
8	Сайт «Всероссийская ассоциация волейбола»: <a href="http://www.volley.ru">http://www.volley.ru</a>
9	Сайт «Федерация спортивной гимнастики России»: <a href="http://www.sportgymrus.ru">http://www.sportgymrus.ru</a>
10	Сайт «Российский Футбольный союз»: <a href="http://rfs.ru/">http://rfs.ru/</a>
11	Сайт «Российская Федерация баскетбола»: <a href="http://www.basket.ru">http://www.basket.ru</a>
12	<a href="http://www.sportreferats.narod.ru/">http:// www.sportreferats.narod.ru/</a> - Рефераты на спортивную тематику

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование образовательных результатов ФГОС СОО (предметные результаты – ПРб)	Методы оценки
ПРб 1. Умение 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).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка и участие в сдаче норм ГТО</li> <li>- выполнение и защита презентации,</li> <li>- подготовка сообщений</li> <li>- подготовка рефератов</li> </ul>
ПРб 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение проекта</li> <li>- выполнение и защита презентации,</li> <li>- подготовка сообщений</li> </ul>
ПРб 3. Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение практической работы,</li> <li>- выполнение самостоятельной работы,</li> <li>- устный опрос</li> </ul>
ПРб 4. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение практической работы,</li> <li>- выполнение самостоятельной работы,</li> <li>- устный опрос</li> <li>- подготовка рефератов</li> </ul>
ПРб 5 Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос,</li> <li>- тестирование,</li> <li>- подготовка сообщений</li> <li>- выполнение практической работы</li> </ul>
ПРб 6. Положительная динамика в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение практической работы,</li> <li>- выполнение самостоятельной работы,</li> <li>- подготовка и участие в сдаче норм ГТО</li> </ul>

## Приложение 1

### Примерная тематика индивидуальных проектов по предмету

1. Самоконтроль физической работоспособности в условиях профессиональной деятельности.
2. Научная организация труда в выбранной профессии: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
3. Влияние утомления при физической и умственной работе. Восстановление в профессиональной деятельности.
4. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов.
5. Средства физической культуры в регулировании работоспособности профессионала.
6. Здоровый образ жизни.
7. Двигательный режим и его значение в профессиональной деятельности специалиста.
8. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплексы утренней гимнастики в режиме дня специалиста.
9. Комплексы физических упражнений профессионально-прикладной направленности с учетом особенностей будущей профессии.
10. Физическая культура и спорт в моей профессиональной деятельности.

## Приложение 2

### Синхронизация образовательных результатов ФГОС СОО и ФГОС СПО

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;</p> <p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;</p> <p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации</p>	<p>ЛР 26. Интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы.</p> <p>ЛР 21. Сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью.</p> <p>ЛР 01. Сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества.</p> <p>ЛР 15. Осознание личного вклада в построение устойчивого будущего.</p> <p>ЛР 35. Осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.</p> <p>ЛР 22. Потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью.</p> <p>ЛР 14. Способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности.</p>	<p>МР 01. Самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне.</p> <p>МР 09. Овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов.</p> <p>МР 08. Способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания.</p> <p>МР 21. Владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления.</p> <p>МР 24. Использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.</p> <p>МР 33. Принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы.</p> <p>МР 34. Оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям.</p> <p>МР 38. Самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях.</p> <p>МР 38. Самостоятельно осуществлять</p>

<b>Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО</b>	<b>Наименование личностных результатов (ЛР) согласно ФГОС СОО</b>	<b>Наименование метапредметных (МР) результатов согласно ФГОС СОО</b>
<p>межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;</p> <p>ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>ЛР 15. Осознание личного вклада в построение устойчивого будущего.</p> <p>ЛР 25. Готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность.</p>	<p>познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях.</p>



### Приложение 3

## Преимственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО

(профессионально-ориентированная взаимосвязь общеобразовательного предмета со специальностью)

Наименование общеобразовательных дисциплин с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР	Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с предметными ОР	Наименование предметных результатов ФГОС СОО, имеющих взаимосвязь с ОР ФГОС СПО	Наименование разделов/тем и рабочей программе по предмету
<p><b>ОП.07 Возрастная анатомия, физиология и гигиена</b>  <b>Уметь:</b> применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности.  <b>Знать:</b> физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; возрастные анатомо-физиологические особенности детей; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.</p>	<p><b>ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития детей раннего и дошкольного возраста.</b>  МДК.01.01 Медико-биологические и социальные основы здоровья.  МДК.01.02 Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста.  МДК.01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков.  <b>ПК 1.1.</b> Осуществлять педагогическую деятельность по реализации программ дошкольного образования в области физического развития детей раннего и дошкольного возраста.  <b>ПК 1.3.</b> Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья детей раннего и дошкольного возраста, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в их самочувствии.  <b>Опыт практической деятельности:</b>  -планирования режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок,</p>	<p>ПРб 1. Умение 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).  ПРб 2. Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.  ПРб 3. Владение основными способами</p>	<p>Раздел 1.  Тема 1.1.  Упражнения и комплексы упражнений для утренней гимнастики   Тема 1.2.  Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой.   Раздел 4.  Тема 4.1  Профессионально-прикладная физическая подготовка  Тема 4.2  Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»</p>

	<p>закаливания, физкультурных досугов и праздников;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-организация и проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон, направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепления здоровья;</li> <li>-организация и проведение утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;</li> <li>-организация и проведение наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в образовательной организации.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;</li> <li>-планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;</li> <li>-организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации;</li> <li>-создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;</li> <li>проводить мероприятия двигательного режима с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;</li> <li>-использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса; анализировать проведение режимных моментов, мероприятий двигательного режима.</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-теоретические основы и</li> </ul>	<p>самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамика физического развития и физических качеств.</p> <p>ПРБ 4. Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> <p>ПРБ 5. Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, в сфере досуга, профессионально-прикладной сфере.</p> <p>ПРБ 6. Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости.</p>	
--	---	--	--

	<p>методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;</p> <p>-особенности планирования режимных моментов и мероприятий двигательного режима;</p> <p>-теоретические основы режима дня; методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;</p> <p>-основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий.</p>		
--	--	--	--