

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 15.02.2023 11:38:53
Уникальный программный ключ:
e68634da050325a9234284dd96b4f018b298e139

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора филиала

Шитиков П.М. Шитиков П.М.
«10» 12 2023 год

ОГСЭ. 04 Физическая культура

рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки
специалистов среднего звена

44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании
форма обучения очная

Волкова Ольга Анатольевна. Физическая культура. Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании. Форма обучения – очная. Тобольск, 2022.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 марта 2018 года, № 183.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: Физическая культура. [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Паспорт рабочей программы дисциплины | 3 |
| 2. Структура и содержание дисциплины | 5 |
| 3. Условия реализации дисциплины | 9 |
| 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины | 10 |

1. Паспорт рабочей программы дисциплины

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины – является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина «Физическая культура» входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение дисциплины:

Семестры: 1-6;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 172 академических часа, в том числе:

обязательной аудиторной нагрузки обучающегося 170 академических часов;

самостоятельной работы обучающегося 2 академических часа.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем ак. часов |
|---|--------------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 172 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 170 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 170 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 2 |
| <i>Промежуточная аттестация в 6 семестре - дифференцированный зачет, 1-5 семестр – зачет.</i> | |

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены) | Объем ак. часов | Уровень освоения |
|---|--|-----------------|------------------|
| Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность (легкая атлетика) | | 52 | |
| Тема 1.1. Изучение техники в беге на короткие | Практическое занятие На каждом занятии планируется решение задач: Низкий старт Высокий старт Бег по виражу и прямой Финиширование Отталкивание в прыжках в длину и высоту Метание снарядов с места и разбега Положение натянутого лука при метаниях Финальные усилия при метаниях и толканиях снарядов Эстафетный бег 4*100,4*400. Бег по пересеченной местности Воспитание физических качеств, способствующих успешному освоению технике изучаемого вида спорта. | | 2 |
| Тема 1.2. Изучение техники бега на средние дистанции | | | |
| Тема 1.3. Изучение техники бега на длинные дистанции | | | |
| Тема 1.4. Изучение техники прыжках в длину с места | | | |
| Тема 1.5. Изучение техники прыжках в длину с разбега | | | |
| Тема 1.6. Изучение техники прыжках в высоту с разбега | | | |
| Тема 1.7. Изучение техники метание гранаты | | | |
| Тема 1.8. Изучение техники эстафетного бега | | | |
| Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность (спортивные игры) | | 32 | |
| Тема 2.1. Изучение правил игры | Практические работы (волейбол) На каждом занятии планируется решение задач: Стойки в волейболе. Перемещение по площадке. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, в нападении. | | 2 |
| Тема 2.2. Изучение технических приемов и командно-тактических действий в спортивной игре | | | |
| Тема 2.3. Изучение техники приема и передачи мяча сверху | | | |
| Тема 2.4. Изучение техники приема и передачи мяча снизу | | | |
| Тема 2.5. Изучение техники подачи мяча | | | |
| Тема 2.6. Изучение техники | | | |

| | | | |
|---|---|----|---|
| нападающего удара | Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Воспитание физических качеств, СП-особствующих успешному освоению технике изучаемого вида спорта. Учебная игра. | | |
| Тема 2.7. Изучение правил игры | Практические работы (баскетбол) | 38 | 2 |
| Тема 2.8. Изучение техники перемещений в защите и нападении | На каждом занятии планируется решение задач: Перемещения по площадке с изменением направления и скорости движения. Ведение мяча с различной высотой отскока и скоростью. | | |
| Тема 2.9. Изучение техники владения мячом | Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. | | |
| Тема 2.10. Изучение техники ведения мяча различными способами | Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, перехват мяча, подбор после броска. | | |
| Тема 2.11. Изучение техники овладения мячом | Броски мяча по кольцу с места, в движении и различной дистанции. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите в баскетболе. | | |
| Тема 2.12. Изучение техники броска мяча в кольцо | Групповые и командные действия игроков. Двусторонняя игра. | | |
| Тема 2.13. Изучение тактики игры в защите и нападении | Воспитание физических качеств, способствующих успешному освоению технике изучаемого вида спорта. | | |
| Раздел 3. Спортивно-оздоровительная деятельность (лыжная подготовка) | | | |
| Тема 3.1. Изучение техники одновременного бесшажного, одношажного, двушажного классических ход и попеременные лыжные ходы. | Практические работы Лыжная подготовка (в случае отсутствия снега может быть заменена спортивными играми или подвижными.) На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники изучаемого вида спорта. | 48 | 2 |
| Тема 3.2. Изучение полуконькового и конькового хода. | Воспитание физических качеств, способствующих успешному освоению технике изучаемого вида спорта. | | |
| Тема 3.3. Изучение техники преодоление подъёмов и спусков. | | | |

| | | | |
|-------|---|-----|---|
| | | | |
| | Самостоятельная работа Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. | 2 | 3 |
| Итого | | 172 | |

Примечание - для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. - Ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. - Репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. - Продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. Условия реализации дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного комплекса:

Спортивный зал оснащен: ферма баскетбольная, кольца баскетбольные, ворота мини-футбольные, сетка волейбольная, турник, канат, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мячи резиновый надувной гимнастический, степ-платформа, тумба для запрыгивания, обруч, скакалка спортивная, гантель, блок для йоги, медбол, полусфера

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: трибуны, комментаторская, раздевалка:

Оборудование:

- стартовые колодки (10 шт.);
 - измерительная рамка для прыжков в длину;
 - указатели места начала разбега, разравниватель песка;
 - барьеры (10 шт.);
 - эстафетные палочки (5 шт.);
 - судейские флажки (10 шт.);
 - секундомеры (10шт.);
 - измерительные рулетки (2 шт.);
 - ядра из нержавеющей стали (2 шт.);
 - набивные мячи (20 шт.)
- Футбольное поле стадиона:
- футбольные ворота (2 шт.); - футбольные мячи (10 шт.);
 - конусы (6 шт.)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий: основной и дополнительной литературы, интернет-ресурсов.

Основная литература:

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517442> (дата обращения: 30.01.2023).

Дополнительная литература:

2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813> (дата обращения: 30.01.2023). – Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

Интернет-ресурсы:

1. Знаниум - <https://new.znanium.com/>
2. Лань - <https://e.lanbook.com/>
3. Юрайт - <https://urait.ru/>
4. IPR SMART - <http://www.iprbookshop.ru/>
5. Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>

6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
7. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
8. "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
9. Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

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

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|---|
| <p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни. | <p>Сдача контрольных нормативов, Промежуточная аттестация в 6 семестре - дифференцированный зачет, 1-5 семестр – зачет.</p> |
| <p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; | |