

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «НГПУ»)
Кафедра физической культуры и спорта



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР

Гайфутдинов А.М.

2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины
(общий гуманитарный и социально-экономический цикл)

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность
44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании

Квалификация
Учитель начальных классов и начальных классов компенсирующего и
коррекционно-развивающего образования

Форма обучения
очная

Набережные Челны, 2020

Рабочая программа учебной дисциплины Физическая культура

Рабочая программа составлена с учетом Федерального государственного образовательного стандарта по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее - СПО) 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 13 марта 2018 г. N 183

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физической культуры и спорта

Протокол от «29» апреля 2020 г. № 9

Заведующий кафедрой



Денисенко Ю.П.

Разработчики:

Валинуров Р.Р., преподаватель кафедры Физической культуры и спорта



Рецензенты:

Семенов С.А., к.п.н., профессор, зав. кафедрой Физического воспитания и спорта
Набережночелнинский институт (филиал ПФУ)



Ахметов А.М., к.п.н., доцент кафедры Физической культуры и спорта



СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании, укрупненная группа специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла образовательной программы.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Процесс изучения учебной дисциплины Физическая культура направлен на формирование элементов общих компетенций. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ОК	Умения	Знания
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	<ul style="list-style-type: none">- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения	<ul style="list-style-type: none">- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;- основы здорового образа жизни;- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения;- средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов всего	По семестрам				
		3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр
1	2	3	4	5	6	7
Максимальная учебная нагрузка (всего)	180	38	52	40	28	22
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	180	38	52	40	28	22
в том числе:						
теоретическое обучение	8	8	-	-	-	-
практические занятия	172	30	52	40	28	22
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень освоения	Формируемые компетенции
1	2	3	4	5
	3 СЕМЕСТР			ОК 8
Раздел	Введение	8		
Тема 1.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.	Лекционное занятие	2	8	
	Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Сущность и ценности физической культуры, влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования.		2	
Тема 1.2 Социально-биологические основы физической культуры.	Лекционное занятие	2	2	
	Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, вращивание, утомление, восстановление. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека.			
Тема 1.3 Основы здорового образа жизни	Лекционное занятие	2	2	
	Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Нормы двигательной активности, гиподинамия и			

	<p>гипокинезия</p> <p>Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.</p> <p>Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.</p> <p>Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания</p>			
Тема 1.4 Организация физического воспитания	Лекционное занятие	2	2	
	<p>Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.</p> <p>Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.</p> <p>Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания</p>			
Раздел	Легкая атлетика	12		
Тема 2.1 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	4		ОК 8
	<p>1.Обучение технике бега на короткие дистанции (старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование).</p> <p>2.Повторение и совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта. Тест: бег 100м.</p>	<p>2</p> <p>2</p>	2	
Тема 2.2 Бег на средние дистанции	Практические занятия:	8		ОК 8
	<p>1.Обучение технике бега на средние дистанции.</p> <p>2.Повторно-переменный бег на отрезках 600-800м.</p> <p>3.Совершенствование техники бега на средние дистанции.</p> <p>4.Развитие физических качеств (выносливость).</p> <p>Тест: бег 500м (девушки), 1000м (юноши).</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>		
Раздел	Баскетбол	18		
Тема 3.1.	Практические занятия:	8		

Техника перемещений и владения мячом	1.Овладение техникой ведения мяча, передачи и броска мяча в корзину с места. 2. Повторение и совершенствование техники ведения мяча, передачи и броска мяча в корзину с места. 3.Повторение и совершенствование техники ведения, передачи мяча. Бросок мяча в корзину в движении. 4. Комбинации из ранее изученных элементов	2 2 2 2	2	ОК 8
Тема 3.2 Техника нападения	Практические занятия: 1.Совершенствование техники передвижений, владения мячом. 2.Совершенствование техники бросков в корзину с близкой, средней и дальней дистанции. 3.Обучение технике штрафных бросков в корзину. 4.Повторение и совершенствование техники штрафных бросков в корзину. 5.Игра в баскетбол 3х3 на одно кольцо (по заданию преподавателя).	10 2 2 2 2 2	2	ОК 8
	Итого за семестр Промежуточная аттестация в форме зачета	38		
	4 СЕМЕСТР			
Раздел	Лыжная подготовка	10		
Тема 1.1 Введение	Практические занятия: Правила подбора лыжного инвентаря Гигиенические требования Строевые приемы. Правила переноса лыжного инвентаря	2 2	2	ОК 8
Тема 1.2 Классические лыжные ходы	Практические занятия: 1.Техника безшажного лыжного хода (отталкивание палками, скольжение на двух лыжах) 2. Техника одновременного одношажного лыжного хода (цикл хода – скользящий шаг, отталкивание палками, скольжение на двух лыжах) 3. Техника попеременного двухшажного лыжного хода (цикл движений – из	8 2 2	2	ОК 8

	двух скользящих шагов и двух отталкиваний палками (одно отталкивание палками на каждый шаг) 4. Закрепление техники изученных классических лыжных ходов	2 2		
Раздел	Плавание	16		
Тема 2.1 Обучение технике плавания способом кроль на груди и кроль на спине	Практические занятия:	6	2	ОК 8
	1. Основы техники дыхания. Освоение с водой. Подготовительные упражнения в воде.	2		
	2. Скольжение на груди и на спине. Работа рук в кроле на груди и кроле на спине. Упражнения в воде с неподвижной опорой.	2		
	3. Работа рук и ног в кроле на груди и на спине (упражнения с подвижной опорой и без опоры).	2		
Тема 2.2 Основы техники спортивного и прикладного плавания	Практические занятия:	10	2	ОК 8
	1. Ознакомление с техникой плавания способом кроль на груди. Стартовый прыжок.	2		
	2. Ознакомление с техникой плавания способом кроль на спине.	2		
	3. Кроль на груди и на спине в полной координации. Закрепление техники плавания способами кроль на груди и спине.	2		
	4. Совершенствование техники плавания способов кроль на груди и спине.	2		
	5. Контрольный норматив: проплывание дистанции 400 метров без свободным стилем без учета времени.	2		
Раздел	Волейбол	26		
Тема 3.1 Техника стоек и перемещений	Практические занятия:	4	2	ОК 8
	1. Обучение технике стоек и перемещений в волейболе, владения мячом.	2		
	2. Повторение и совершенствование техники стоек и перемещений волейболиста, владения мячом.	2		
Тема 3.2 Техника владения мячом	Практические занятия:	8	2	ОК 8
	1. Обучение технике приема и передачи мяча.	2		
	2. Повторение и совершенствование техники приема и передачи мяча в парах.	4		
	3. Обучение технике подач мяча. Повторение и совершенствование техники подачи мяча.	4		

Тема 3.3 Техника блокирования и нападающего удара	Практические занятия:	4	2	ОК 8
	1.Обучение технике блокирования и нападающих ударов.	2		
	2.Повторение и совершенствование техники блокирования и нападающих ударов.	2		
Тема 3.4 Тактика нападения и защиты	Практические занятия:	8	2	ОК 8
	1.Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в защите и нападении.	2		
	2.Повторение и совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении и защите.	2		
	3.Двусторонняя игра с заданиями.	4		
	Итого за семестр	52		
	Промежуточная аттестация в форме зачета			
	5 СЕМЕСТР			
Раздел	Легкая атлетика	8		
Тема 1.1 Прыжок в высоту с разбега	Практические занятия	8		ОК 8
	1.Прыжковая подготовка: специальные и подводящие упражнения. Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «Перешагивание»,(подбор разбега и отталкивания, переход через планку, приземление).	2		
	2.Прыжковая подготовка: специальные и подводящие упражнения. Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «Фосбери-флоп» (подбор разбега и отталкивания, переход через планку, приземление).	2		
	3.Закрепление техники прыжка в высоту с разбега.	2		
	4.Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега. Тест: прыжок в высоту с разбега.	2		
Раздел	Баскетбол	18		
Тема 2.1	Практические занятия:	8		

Техника защиты	1.Обучение технике перехвата при передачах мяча, выбивание мяча при ведении. 2.Повторение и совершенствование техники перехвата мяча при передачах и выбивание мяча при ведении. 3.Обучение технике перехвата мяча, накрывания мяча при броске в корзину. 4.Совершенствование техники перехвата мяча, накрывания мяча при броске в корзину.	2 2 2 2	2	ОК 8
Тема 2.2 Техника защиты и нападения	Практические занятия: 1.Обучение тактики нападения и защиты в индивидуальных, групповых и командных действиях. 2.Повторение и совершенствование тактики нападения и защиты в индивидуальных, групповых и командных действиях. 3.Действия игрока без мяча и с мячом. Взаимодействие двух игроков. 4.Взаимодействие трех игроков. Двусторонняя игра. 5.Двусторонняя игра. Прием зачетных нормативов по баскетболу.	10 2 2 2 2	2	ОК 8
Раздел	Гимнастика	14		
Тема 3.1 Строевые приемы и упражнения	Практические занятия: 1.Строевые приемы: построения, перестроения на месте и в движении. 2.Основные положения рук, ног, туловища. Терминология общеразвивающих упражнений. 3. Составление комплекса общеразвивающих упражнений	6 2 2 2	2 2	ОК 8
Тема 3.2 Акробатические упражнения	Практические занятия: 1.Обучение технике выполнения акробатических элементов. 2.Повторение и совершенствование техники выполнения акробатических элементов. 3.Составление акробатической комбинации из изученных элементов 4. Акробатическая комбинация: сдача на оценку.	8 2 2 2 2	2 2	ОК 8
	Итого за семестр	40		
	Промежуточная аттестация в форме зачета			
	6 СЕМЕСТР			

Раздел	Лыжная подготовка	10		
Тема 1.1 Классические лыжные ходы	Практические занятия:	6	2	ОК 8
	1.ТБ на занятиях лыжной подготовкой. Строевые упражнения. Повторение техники безшажных классических лыжных ходов.	2		
	2. Повторение техники одновременного одношажного и двухшажного лыжного ходов. Повторение техники попеременного двухшажного лыжного ходов	2		
	3. Повторение элементов горнолыжной техники (повороты, торможения, техника подъема и торможения, стойки при спусках).	2		
Тема 1.2 Полуконьковый лыжный ход	Практические занятия:	4	2	
	1. Обучение полуконьковому лыжному ходу. Обучение поворотам и торможениям на лыжах. 2. Закрепление техники полуконькового лыжного хода, поворотов, торможений. Прохождение дистанции до 4 км.	2 2		
Раздел	Плавание	10		
Тема 2.1 Техника плавания способом брасс	Практические занятия:	8	2	ОК 8
	1.Ознакомление с техникой плавания способом брасс. Движения руками, ногами, дыхание. Упражнения с неподвижной опорой.	2		
	2.Продолжение обучения плавания способом брасс. Упражнения с подвижной опорой (работа рук, ног).	2		
	3. Закрепление техники плавания способом брасс. Согласование движений руками, ногами и дыхания.	2		
	4. Совершенствование техники плавания способом брасс. Развитие выносливости.	2		
Тема 2.2 Прикладное плавание	Практические занятия:	2	2	ОК 8
	1. Прикладные способы плавания: брасс на спине, плавание на боку. 2. Способы транспортировки тонущего. Простые прыжки в воду.	2		
Раздел	Совершенствование умений и навыков двигательных действий	8		
Тема 3.1 Общая физическая подготовка	Практические занятия:	4	2	
	1.Развитие физических качеств (комплексы упражнений на различные группы мышц).	2		
	2.Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	2		
Тема 3.2	Практические занятия:	4		

Бег на длинные дистанции	1. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. .Бег по пересеченной местности.	2		
	2. Развитие физических качеств (выносливость). Тест: бег 2000 м (дев.), 3000 м (юн.)	2		
	Итого за семестр	28		
	Промежуточная аттестация в форме зачета			
	7 СЕМЕСТР			
Раздел	Легкая атлетика	12		
Тема 1.1 Эстафетный бег	Практическое занятие:	2		
	Обучение технике эстафетного бега. Повторение и совершенствование техники эстафетного бега. Тест: челночный бег 3х10м.	2		
Тема 1.2 Метание гранаты в цель и на дальность	Практические занятия:	4		
	1.Обучение технике метания гранаты в цель и на дальность. 2.Повторение и совершенствование техники метания гранаты. Тест: метание гранаты на дальность.	2 2		
Тема 1.3 Общая физическая подготовка	Практические занятия:	6		
	1.Развитие физических качеств (на тренажерах). 2.Подвижные игры с элементами легкой атлетики. 3.Упражнения на тренажерах (общая физическая подготовка).	2 2 2		
Раздел	Гимнастика	10		
Тема 2.1 Опорные прыжки через коня и козла	Практические занятия:	6		
	1.Обучение технике опорного прыжка через козла «ноги врозь», «согнув ноги». Специальные и подводящие упражнения. Страховка. 2.Повторение и совершенствование техники опорного прыжка через козла «ноги врозь», «согнув ноги». 3.Совершенствование техники опорного прыжка через козла «ноги врозь», «согнув ноги». Тест: опорный прыжок способом «ноги врозь», «согнув ноги».	2 2 2		
Тема 2.2 Упражнения с гимнастическими	Практические занятия:	4		
	1.Обучение упражнениям с гимнастическими снарядами: скакалки, обручи, мячи, палки	2		

снарядами	2.Составление комплекса упражнений с гимнастическим снарядом.	2		
	Итого за семестр	22		
	Промежуточная аттестация в форме зачета			
	ВСЕГО	180		

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 ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

При возникновении особых обстоятельств освоение дисциплины Физическая культура осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены специальные помещения.

Учебная аудитория для проведения лекций, учебная аудитория для проведения практических занятий №215 (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, пер. Железнодорожников, д. 9А)

Оборудование и технические средства обучения: компьютер, экран, проектор, учебно-наглядные пособия

Лицензионное программное обеспечение:

Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Band T: 250-499 Node 1 year Educational Renewal License: Договор № 2020.2987 от 21.02.2020,

Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise : Договор № 2020.13967 от «27» июля 2020

Лаборатория физической и функциональной диагностики №117 (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28)

Оборудование и технические средства обучения: компьютер, экран, проектор, оборудование для функциональной диагностики

Лицензионное программное обеспечение:

Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Band T: 250-499 Node 1 year Educational Renewal License: Договор № 2020.2987 от 21.02.2020,

Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise : Договор № 2020.13967 от «27» июля 2020

Спортивный зал №130 (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28)

Оборудование и технические средства обучения: шведские стенки, гимнастические скамейки, баскетбольные щиты, волейбольная сетка, волейбольные стойки, ворота для мини-футбола, ворота для игры в ручной мяч, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи гандбольные, мячи футбольные, гимнастические палки, перекладины, маты.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28)

Оборудование и технические средства обучения: волейбольные стойки, волейбольная сетка, баскетбольные щиты, ворота для футбола, элементы полосы препятствий, беговая дорожка, футбольное поле, разновысотные перекладины, брусья, лабиринт.

Помещение для самостоятельной работы №302 (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, пер. Железнодорожников, д. 9А)

Оборудование и технические средства обучения: компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду

Лицензионное программное обеспечение:

Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Band T: 250-499 Node 1 year Educational Renewal License: Договор № 2020.2987 от 21.02.2020,

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная учебная литература

1. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433532>

Дополнительная учебная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437146>

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 256 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438771>

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438773>

4. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/442337>

5. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437753>

6. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438782>

7. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1902-2 (Изд-во Урал. ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429447>

8. Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование)

образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/442166>

9. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 253 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437324>

Официальные издания

1. Комментарий к Конституции Российской Федерации / С. А. Комаров [и др.] ; под редакцией С. А. Комарова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 333 с. — (Профессиональные комментарии). — ISBN 978-5-534-06398-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438775>

2. Садовникова, Г. Д. Комментарий к Конституции РФ постатейный / Г. Д. Садовникова. — 10-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 194 с. — (Профессиональные комментарии). — ISBN 978-5-534-04133-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/431086>

3. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" : № 273-ФЗ : включает все изменения до 6 марта 2019 г. — Москва : Проспект, 2019. — 192 с. — ISBN 978-5-392-30047-1. — Текст : непосредственный.

Справочно-библиографические издания

1. Блеер, А. Н. Терминология спорта. Толковый словарь-справочник / А. Н. Блеер, Ф.П. Суслов, Д. А. Тышлер. — Москва : Академия, 2010. — 464 с. : ил. — ISBN 978-5-7695-6859-6 — Текст : непосредственный.

Периодические издания

1. Здоровье детей : методический журнал : здоровьесберегающие технологии в школе / учредитель : ООО "Чистые пруды"; главный редактор Н. Семина. — Москва : «Издательский дом «Первое сентября», 1992. — издается с 1992. — 12 выпусков в год. — Текст : непосредственный.

2. Теория и практика физической культуры : научно-теоретический журнал / учредитель : Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта"; главный редактор Л. Лубышева. — Москва : Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта", 1925. — Журнал входит в следующие базы данных: РИНЦ, ВАК, EBSCO, Scopus. — издается с 1925 года. — 12 выпусков в год. — ISSN 0040-3601. — Текст : непосредственный.

3. Физкультура и спорт : ежемесячный иллюстрированный журнал / учредитель : Редакция журнала "Физкультура и спорт"; главный редактор Е. Богатырев. — Москва : Редакция журнала "Физкультура и спорт", 1922. — издается с 1922 года. — ISSN 0130-5670. — Текст : непосредственный.

4. Физическая культура в школе : научно-методический журнал. — Москва : ООО "Школьная Пресса". — издается с 1958 года. — 8 номеров в год. — ISSN 0130-5581. — Текст : электронный // Базы данных East View [сайт]. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/92229/udb/12> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Физическая культура. Все для учителя! : всероссийский научно-методический журнал / учредитель : ООО "Издательская группа "Основа". — Москва : ООО "Издательская группа "Основа", 2010. — издается с 2010 года. — 12 выпусков в год. — Текст : непосредственный.

Современные профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет

1. База данных портала Polpred.com Обзор СМИ - Режим доступа: <https://polpred.com/news>
2. Информационная правовая система Гарант. - Режим доступа: <http://www.garant.ru/>
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. - Режим доступа: <https://elibrary.ru>
4. Ресурсы East View (ИВИС) - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/login>
5. Электронная библиотечная система «Юрайт». - Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>
6. Электронно-библиотечная система (ЭБС) IPRbooks. - Режим доступа: www.iprbookshop.ru
7. Электронный каталог библиотеки НГПУ. - Режим доступа: <http://bibl.ngpi.net:81/cgi-bin/zgate.exe?init+test.xml,simple.xml+rus>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и выполнения обучающимися практических заданий.

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине входит в состав рабочей программы дисциплины, представлен отдельным документом.

Освоенные компетенции	Результаты обучения (умения, знания)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 08	<p>умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения <p>знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия 	<p>Знание роли физической культуры в общекультурном и профессиональном и социальном развитии человека.</p> <p>Знание основ здорового образа жизни</p> <p>Применение на практике навыка проведения подвижных игр и физических упражнений.</p> <p>Усовершенствование умения преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.</p> <p>Проявление активного выполнения творческих сотрудничеств в коллективных формах занятий физической культурой.</p> <p>Обоснованный выбор оздоровительных систем для укрепления здоровья.</p> <p>Развитие координации, реакции, ловкости, силы, быстроты и других физических качеств.</p>	<p>Текущий контроль: практические задания</p> <p>Промежуточная аттестация: зачет</p>

	профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развива ющего обучения; - средства профилактики перенапряжения		
--	---	--	--