

СГПК	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ	СГПК
Форма	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД	Форма

Министерство образования и науки Республики Коми
 ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

[индекс и наименование учебной дисциплины в соответствии с рабочим учебным планом]

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ

АННОТАЦИЯ

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ЦИКЛА **ОГСЭ**

Наименование дисциплины	Физическая культура
Нормативная основа составления рабочей программы	ФГОС СПО специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании от 13.03.2018г. № 183
Наименование специальности/профессии	44.02.05. Коррекционная педагогика в начальном образовании
Квалификация выпускника	Учитель начальных классов и начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего образования
Фамилия, имя, отчество разработчика РПУД	Чистякова Мария Егоровна
в том числе:	Всего часов – 180
	Лекции – 8
	Лабораторные и практические занятия, включая семинары – 172
	Самостоятельная работа – -
Вид аттестации –	дифференцированный зачет
Семестр аттестации –	VIII

Цели и задачи: Способствовать формированию физической культуры выпускника и способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовке к профессиональной деятельности, предупреждению профессиональных заболеваний

Структура: Паспорт рабочей программы учебной дисциплины
Структура и примерное содержание учебной дисциплины
Условия реализации учебной дисциплины
Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Требования к умениям: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных

ПЭК	УМКД ► УНИФИЦИРОВАННЫЕ ФОРМЫ ОФОРМЛЕНИЯ ◄ УМКД	ГПОУ «СГПК»
	Аннотация рабочей программы учебной дисциплины	стр. 1 из 4

СПК	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ	СПК
Форма	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД	Форма

Требования к знаниям:	целей
	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
	основы здорового образа жизни

Изучение учебной дисциплины «Физическая культура» позволяет сформировать следующие компетенции:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретации информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 04.	Работать в коллективе и команде и 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 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности

Содержание учебной дисциплины

	2 курс 1 семестр
Раздел 1	Легкая атлетика
Тема 1.1	Физическая культура в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
Тема 1.2	Специально беговые и прыжковые упражнения. Кроссовая подготовка
Тема 1.3	Организация и проведение подвижных игр и эстафет
Раздел 2.	Плавание
Тема 2.1	Кроль на груди: скольжение на груди с работой ног
Тема 2.2	Кроль на груди: согласование движений руками и дыхания
Тема 2.3	Кроль на груди: освоение способа плавания в целом
Тема 2.4	Кроль на спине: скольжение с работой ног
Тема 2.5	Кроль на спине: согласование движений руками и ногами
Тема 2.6.	Кроль на спине: освоение способа плавания в целом
Тема 2.7	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы
	2 курс 2 семестр
Раздел 1	Лыжная подготовка

СПК	УМКД ► УНИФИЦИРОВАННЫЕ ФОРМЫ ОФОРМЛЕНИЯ ◄ УМКД	ГПОУ «СПК»
	Аннотация рабочей программы учебной дисциплины	стр. 2 из 4

СГПК Форма	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД	СГПК Форма
Тема 1.1.	Занятия физическими упражнениями в зимний период	
Тема 1.2.	Подвижные игры и эстафеты на лыжах	
Тема 1.3.	Методика проведения занятий лыжной подготовкой с учащимися начальных классов	
Тема 1.4.	Попеременный двухшажный ход, повороты на месте	
Тема 1.5.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы, спуски, подъемы	
Тема 1.6.	Одновременный бесшажный и одношажный ход, спуски, подъемы и виды торможений	
Тема 1.7.	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы	
	3 курс 1 семестр	
Раздел 1.	Легкая атлетика	
Тема 1.1.	Индивидуальный подход к укреплению здоровья	
Тема 1.2.	Формирование универсальных учебных действий на уроках физической культуры	
Тема 1.3.	Кросс в чередовании с ходьбой	
Тема 1.4.	Развитие силы и выносливости	
Раздел 2	Гимнастика	
Тема 2.1.	Челночный бег и его разновидности	
Тема 2.2.	Эстафеты на уроках гимнастики	
Тема 2.3.	Скиппинг, упражнения со скакалками	
Тема 2.4.	Полоса препятствий	
Тема 2.5.	Круговая тренировка	
Раздел 3	Спортивные игры.	
Тема 3.1.	Волейбол: приемы и передачи мяча снизу и сверху в парах	
Тема 3.2.	Волейбол: приемы и передачи мяча в парах, тройках. Разновидности подачи	
Тема 3.3.	Баскетбол: ловля и передача мяча, ведение, тактика игры	
Тема 3.4.	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы	
	3 курс 2 семестр	
Раздел 1.	Плавание	
Тема 1.1.	Кроль на груди: согласование движений руками и ногами	
Тема 1.2.	Кроль на груди: согласование движений руками и дыхания	
Тема 1.3.	Кроль на груди: освоение техники способа плавания в целом. Нырание	
Тема 1.4.	Кроль на спине: скольжение с работой ног	
Тема 1.5.	Кроль на спине: согласование движений руками и ногами	
Тема 1.6.	Кроль на спине: общая координация. Способы транспортировки пострадавшего	
Раздел 2	Гимнастика	
Тема 2.1.	Общая физическая подготовка. Уровень физической подготовленности	
Тема 2.2.	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы	
	4 курс 1 семестр	
Раздел 1	Виды физкультурно-спортивной деятельности	
Тема 1.1.	Координационные способности и средства их развития	
Тема 1.2.	Метание мяча на дальность	
Тема 1.3.	Метание мяча в цель	
Раздел 2	Атлетические упражнения для развития физических качеств	
Тема 2.1.	Развитие физических качеств методом круговой тренировки	
Тема 2.2.	Новые виды спорта	
Раздел 3	Спортивные игры	
Тема 3.1.	Техника и тактика игры в волейбол	
Тема 3.2.	Технические приемы в баскетболе	
Тема 3.3.	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы	
	4 курс 2 семестр	
Раздел 1.	Профессионально-прикладная физическая подготовка для достижения жизненных и профессиональных целей	
Тема 1.1.	Профессионально-прикладная физическая подготовка	
Тема 1.2.	Оздоровительная и корригирующая гимнастика	
Тема 1.3.	Дыхательная гимнастика	
Раздел 2	Музыкально-ритмическое воспитание	

СПК	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ		СПК
Форма	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД		Форма
Тема 2.1.	Ритмическая гимнастика		
Тема 2.2.	Аэробика на уроках физической культуры		
Тема 2.3.	Шейпинг на уроках физической культуры		
Тема 2.4.	Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы		