

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»

ОУП.01.09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ НА БАЗЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Наименование общеобразовательной дисциплины	ОУП.01.09 Физическая культура
Нормативная основа составления рабочей программы	ФГОС СОО Примерная программа общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций (приказ № 183 от 13 марта 2018)
Профиль получаемого профессионального образования	Гуманитарный
Наименование специальности (специальностей)	44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании
Фамилия, имя, отчество разработчика РПУД	Шахватова Елена Васильевна
в том числе:	Всего часов – 76
	Лекции – 2
	Лабораторные и практические занятия, включая семинары – 14
	Самостоятельная работа – 60
Вид аттестации –	зачет
Семестр аттестации –	2

Цель: формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
овладение системой профессионально и жизненно значимых, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и

ШПК	УМКД ► УНИФИЦИРОВАННЫЕ ФОРМЫ ОФОРМЛЕНИЯ ◄ УМКД	ГПОУ «СГПК»
20.11.2025 10:48:32	Аннотация рабочей программы учебной дисциплины	стр. 1 из 4

значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
 приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Структура:

паспорт рабочей программы учебной дисциплины;

структура и примерное содержание учебной дисциплины;

условия реализации учебной дисциплины;

контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01.Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Умение выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья; поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ОК 04.Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами	Применение разнообразных методов, форм и приемов взаимодействия с членами педагогического коллектива;	Формировать навыки сотрудничества, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	Умение использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья; Демонстрация соблюдения техники безопасности	Владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
ПК 1.1 Проектировать образовательный процесс на основе федеральных государственных	Умение проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных	Использовать в процессе обучения разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации

СППК Форма	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД		СППК Форма
образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования с учетом особенностей развития обучающихся	образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования с учетом особенностей развития обучающихся	здорового образа жизни на основе федеральных государственных образовательных стандартов;	
ПК 1.4 Формировать предметные, метапредметные и личностные компетенции, универсальные учебные действия в процессе освоения учебных предметов, курсов, реализовывать индивидуальный образовательный маршрут	Умение формировать предметные, метапредметные и личностные компетенции, универсальные учебные действия в процессе освоения учебных предметов, курсов, реализовывать индивидуальный образовательный маршрут	Уметь использовать предметные, метапредметные и личностные компетенции, универсальные учебные действия	
ПК 4.3 Формировать безопасную и комфортную предметно-развивающую среду, позволяющую обеспечить обучение обучающихся начальных классов (с указанием дополнительной области знания)	Умение формировать безопасную и комфортную предметно-развивающую среду, позволяющую обеспечить обучение обучающихся начальных классов (с указанием дополнительной области знания)	Создать условия для безопасной и комфортной предметно-развивающей среды	

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1.	Теоретический
Тема 1.1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов
Тема 1.2.	Ценности физической культуры. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту
Раздел 2.	Практический
Тема 2.1.	Гимнастика
Тема 2.1.1	Акробатические упражнения
Тема 2.1.2	Упражнения в равновесии
Тема 2.1.3	Упражнения на снарядах
Тема 2.1.4	Опорный прыжок
Тема 2.2.	Легкая атлетика
Тема 2.2.1	Бег на короткие дистанции
Тема 2.2.2	Эстафетный бег
Тема 2.2.3	Бег на средние дистанции. Кросс
Тема 2.2.4	Метание мяча и гранаты
Тема 2.3.	Волейбол
Тема 2.3.1	Тактика нападения
Тема 2.3.2	Тактика защиты
Тема 2.3.3	Учебная игра
Тема 2.4.	Баскетбол
Тема 2.4.1	Техника игры в защите
Тема 2.4.2	Тактика игры в нападении

СГПК	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ		СГПК
Форма	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД		Форма
Тема 2.4.3	Тактика игры в защите		
Тема 2.4.4	Учебная игра		
Тема 2.5.	Лыжная подготовка		
Тема 2.5.1	Попеременный двухшажный ход.		
Тема 2.5.2	Одновременные ходы		
Тема 2.5.3	Коньковый ход		
Тема 2.5.4	Способы перехода с хода на ход		
Тема 2.5.5	Повороты в движении и торможения		
Тема 2.6.	Новые виды спорта		
Тема 2.6.1	Шейпинг		
Тема 2.7.	Туризм и спортивное ориентирование		
Тема 2.7.1	Карта и компас		
Тема 2.8.	Подвижные игры и эстафеты		
Тема 2.8.1	Подвижные игры в помещении		
Тема 2.9.	Общая физическая подготовка		