

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.10**

**Теория и история физической культуры**  
для студентов, обучающихся по специальности

**49.02.01 Физическая культура**  
(углубленной подготовки)

**Курган 2022**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, на основе примерной рабочей программы воспитания и Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 № 1355 по специальности

код	наименование специальности
49.02.01.	Физическая культура
(программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)	

#### Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Светочева Н.А.	высшая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МО МК по физической культуре			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Беляева Т.В.	23.06.2022г.	10

Согласовано на заседании научно-методического совета	
Дата заседания НМС	№ протокола
23.06.2022г.	10

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	9
3. Условия реализации учебной дисциплины	15
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	19

# 1. ПАСПОРТ рабочей программы учебной дисциплины

## ОП.10 Теория и история физической культуры

### 1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО

по специальности

укрупненной группы специальностей

Рабочая программа учебной дисциплины может быть частично использована в рамках реализации специальности «Физическая культура» заочной формы обучения.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

в вариативную часть циклов ППССЗ

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

**Цель дисциплины:** овладение знаниями в области истории и теории физической культуры, а так же профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- |    |   |
|----|---|
| 1. | ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;   |
| 2. | использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания обучающихся, повышения интереса к физической культуре и спорту;  |
| 3. | правильно использовать терминологию в области физической культуры;  |
| 4. | оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;<br><i>использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся в том числе с особыми потребностями в образовании: обучавшихся, проявивших выдающиеся способности; обучавшихся, для которых русский язык не является родным; обучавшихся с ограниченными возможностями здоровья</i> |

5. находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
6. **Общие требования к организации и проведению рабочего процесса с учетом Техники безопасности, охраны труда и Санитарно-гигиенических норм:**  
*осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности*
7. *выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм*
8. *планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности*
9. *соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности*
10. *соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности.*
11. **Разработка и оформление документации, презентационного материала (текстовый, цифровой) в соответствии с установленными требованиями:**  
*разрабатывать документы в зависимости от вида деятельности и предъявляемых требований*
12. *оформлять презентационный материал (текстовый и цифровой) в зависимости от вида деятельности и предъявляемых требований*
13. *разрабатывать презентационный материал (текстовый и цифровой) в зависимости от вида деятельности и предъявляемых требований*
14. *оформлять документы в зависимости от вида деятельности и предъявляемых требований*

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий
2. историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки
3. историю международного спортивного движения
4. современные концепции физического воспитания  
*преподаваемый предмет в пределах требований федерального государственного стандарта и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке*
5. средства формирования физической культуры человека
6. механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания
7. мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития
8. принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в организациях основного и дополнительного образования;
9. дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков
10. основы теории обучения двигательным действиям
11. теоретические основы развития физических качеств
12. особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях
13. особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем,

	двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением
14.	сущность и функции спорта
15.	основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки
16.	основы оздоровительной тренировки
17.	проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях
18.	<b><u>Разработка и оформление документации, презентационного материала (текстовый, цифровой) в соответствии с установленными требованиями: требования, предъявляемые к разработке презентационного материала (текстового и цифрового) в зависимости от вида деятельности</u></b>
19.	<b><u>требования, предъявляемые к оформлению презентационного материала (текстового и цифрового) в зависимости от вида деятельности</u></b>

\* требования профессионального стандарта педагогической деятельности выделяются курсивом.

**Освоение дисциплины направлено на развитие общих и профессиональных компетенций:**

<b>Код</b>	<b>Наименование компетенций</b>
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия
ПК 1.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс
ПК 1.4.	Анализировать учебные занятия
ПК 1.5.	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре
ПК 2.1.	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.2.	Проводить внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.3.	Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно - спортивной деятельности
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
ПК 2.5.	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.6.	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно - спортивной деятельности
ПК 3.1.	Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
ПК 3.2.	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
ПК 3.3.	Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
ПК 3.4.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания

**Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:**

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	<b>ЛР 1</b>
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>

Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	<b>ЛР 8</b>
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	<b>ЛР 12</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	<b>ЛР 13</b>
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	<b>ЛР 14</b>
Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	<b>ЛР 15</b>
Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности	<b>ЛР 16</b>
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии	<b>ЛР 17</b>

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося	<b>218</b>	часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	<b>145</b>	часов,
самостоятельной работы обучающегося	<b>73</b>	часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	218
2	<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	145
	в том числе:	
2.1	лабораторные занятия	Не предусмотрены
2.2	практические занятия	39
2.3	контрольные работы	-
2.4	курсовая работа (проект)	
3	<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	73
	в том числе:	
3.1	самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	
3.2	реферат	
3.3	внеаудиторная самостоятельная работа	73
	<b>Итоговая аттестация в форме экзамена 4 семестр</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

### ОП.10 Теория и история физической культуры

наименование дисциплины

Номер разделов и тем, код, индекс формируемых компетенций	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	3 семестр		48/19+34	
<b>Раздел 1.</b>	<b>История развития физической культуры и спорта</b>			
<b>Тема 1.1.</b>	<b>История физической культуры</b>		<b>22/12+16</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>22</b>	
	1	История физической культуры в зарубежных странах <i>с использованием электронных образовательных ресурсов</i>	2	2
	2	История физической культуры и спорта в России.	4	2
	3	Международное спортивное движение	4	2
	4	Международное олимпийское движение <i>с использованием электронных образовательных ресурсов</i>	10	2
	5	Развитие паралимпийского движения <i>с использованием электронных образовательных ресурсов</i>	2	2
	<b>Практические занятия</b>		<b>12</b>	
	1	История физической культуры и спорта в России.	4	
	2	Международное спортивное движение.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>16</b>	
	1	Подготовить реферат по теме «Развитие физической культуры в первобытнообщинном строе»	2	
	2	Подготовить реферат по теме «Развитие физической культуры в Спарте и Афинах»	4	
	3	Подготовить доклад по теме «Олимпийские чемпионы РФ» (спортсмен по выбору студента)	4	
	4	Составить презентацию по теме «Символика Олимпийских игр»	4	
	5	Подготовить материал к дискуссии по теме «Развитие паралимпийского движения» (информация о паралимпийских чемпионах РФ, Курганской области)	2	
<b>Раздел 2</b>	<b>Теория физического воспитания и спорта</b>			

<b>Тема 2.1.</b>	<b>Общая характеристика теоретических аспектов физического воспитания</b>		<b>26/7+18</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>26</b>	
	1	Теория ФВ как научная и учебная дисциплины, структура ее содержания, связь ее с другими научными дисциплинами.	4	1
	2	Основные понятия дисциплины: «теория физического воспитания»: физическое воспитание, физическое развитие, физическое совершенство, физическая культура.	6	2
	3	Система физического воспитания в РФ. Физическая культура как отрасль общей культуры.	2	1
	4	Цели и задачи теории и методики физического воспитания как учебной дисциплины <i>в современной трактовке</i>	4	2
	5	Методы физического воспитания	2	2
	6	Средство физического воспитания <i>с использованием электронных образовательных ресурсов. Новые виды оборудования, как средства физического воспитания (медбол, многофункциональная рама, TRX-петли...)</i>	2	1
	7	Общеметодические принципы физического воспитания	2	2
	8	Специфические принципы физического воспитания	2	2
	9	Особенности реализации принципов при обучении детей	2	2
	<b>Практические занятия</b>		<b>5</b>	
	1	Основные понятия дисциплины: теория физического воспитания: физическое воспитание	1	
	2	Методы физического воспитания	2	
	3	Общеметодические принципы физического воспитания	1	
	4	Специфические принципы физического воспитания	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>18</b>	
	1	Подготовка реферата по теме: «Принципы современной системы физического воспитания»	4	
	2	Подготовка конспекта занятия круговой тренировки;	4	
	3	Решение заданий для самостоятельной работы на тему: «Общеметодические и специфические принципы обучения»	2	
	4	Подготовка доклада по теме «Система закаливания Парфирия Иванова»	4	
	5	Составить опорную схему «Методы физического воспитания»	4	
		<b>Дифференцированный зачёт</b>	<b>2</b>	
		<b>4 семестр</b>	<b>58/20+39</b>	
<b>Тема 2.2.</b>	<b>Основы теории обучения двигательным действиям</b>		<b>14/2+0</b>	

	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>14</b>	
	1.	Использование различных методов обучения, нестандартных приемов на уроке физкультуры для поднятия эмоционального состояния школьников	2	2
	2	Обучение двигательному действию. Обучение теоретическому материалу.	4	2
	3	Двигательные умения. Двигательный навык	6	2
	4	Двигательные умения высшего порядка	4	2
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1	Обучение двигательному действию. Обучение теоретическому материалу	2	
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Теоретико-практические основы развития физических качеств</b>		<b>14/12+10</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Общая характеристика двигательных качеств	2	2
	2	Средства и методы воспитания силы	4	2
	3	Средства и методы воспитания быстроты	2	2
	4	Средства и методы воспитания выносливости	2	2
	5	Средства и методы воспитания ловкости	2	2
	6	Средства и методы воспитания гибкости	2	2
	<b>Практические занятия</b>		<b>12</b>	
	1	Средства и методы воспитания силы	2	
	2	Средства и методы воспитания быстроты	2	
	3	Средства и методы воспитания выносливости	2	
	4	Средства и методы воспитания ловкости	4	
	5	Средства и методы воспитания гибкости	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>10</b>	
		Составить картотеку упражнений, способных развивать: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Силу</li> <li>• Гибкость</li> <li>• Выносливость</li> <li>• Ловкость</li> <li>• Быстроту</li> </ul>	10	
<b>Тема 2.4.</b>	<b>Формы построения занятий в физическом воспитании</b>		<b>20/4+24</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>20</b>	
	1	Характеристика осанки. Значение и признаки рациональной осанки, типы. Факторы, определяющие осанку. Причины нарушений. Основы методики воспитания осанки.	2	1

	2	Место ФКиС во всестороннем воспитании личности. Современные проблемы реализации воспитательных задач в ФК и С.	2	1
	3	Место воздействия в ФВ на личностные стороны занимающегося. Личность преподавателя (тренера) как фактор воспитания. Воспитывающая роль физкультурного коллектива. Самовоспитание.	2	1
	4	Воспитательные возможности ФВ, его средства и методы решения задач нравственного. Трудового, умственного, эстетического и экологического воспитания.	2	1
	5	Характеристика школьной программы: легкая атлетика (легкоатлетический бег, прыжки, метания), лыжная подготовка (подъемы, спуски, передвижения), подвижные игры (веселые старты), гимнастика (акробатика, построения, перестроения, лазание, перелазание)	2	1
	6	Формы занятий физическими упражнениями: урочные и неурочные	2	2
	7	Неурочные формы занятий в физкультурной практике. Малые формы. Крупные формы самостоятельных занятий тренировочного и физкультурно-рекреативного характера. Соревновательные формы организации занятий в ФВ.	2	1
	8	<i>Урок в контексте ФГОС.</i> Структура урока, учет успеваемости урока, основные документы планирования, нагрузка и плотность урока. План конспект урока.	2	2
	9	Способы организации детей на уроке: посменный, групповой, фронтальный, поточный, индивидуальный, круговая тренировка.	2	2
	10	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения. Классификация физических упражнений.	2	1
	<b>Практические занятия</b>		<b>4</b>	
	1	Способы организации детей на уроке: посменный, групповой, фронтальный, поточный, индивидуальный, круговая тренировка.	2	
	2	Внеклассная работа: кружки, секции, агитация и пропаганда по физическому воспитанию. Проведение праздников и мероприятий, ДЮСШ, физическое воспитание в семье, ЖКО. Физическое воспитание в летний период, лагерь (плавание).	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>24</b>	
	1	Анализ урока физической культуры	6	
	2	Формулировка задач к уроку физической культуры	2	
	3	Составления картотеки физминуток в зависимости от поставленных задач	8	

	4	Определение общей и моторной плотности урока	4	
	5	Подготовка реферата по теме «Психологический портрет учителя физической культуры (тренера)». <u>Составление презентации в соответствии с заданными требованиями</u>	4	
<b>Тема 2.5.</b>	<b>Планирование и контроль в физическом воспитании</b>		<b>8/2+5</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>	
	1	Планирование. Предпосылки к планированию. Принципы планирования; особенности форм и способов перспективного, этапного и краткосрочного (оперативного) планирования	2	1
	2	Общие черты контроля в ФВ. Врачебный контроль. Классификация видов педагогического контроля. Методы педагогического контроля.	2	1
	3	Учет. Общая характеристика. Система учета учебной и тренировочной деятельности занимающихся: предварительный, текущий, итоговый учет. Документы учета в учебном и тренировочном процессах ФВ	2	1
	4	Формы педагогического контроля: этапный, текущий, оперативный, самоконтроль.	2	2
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1	Формы педагогического контроля: этапный, текущий, оперативный, самоконтроль.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>5</b>	
	1	Поиск нормативных документов, регулирующих деятельность учителя физической культуры в электронном варианте, анализ их структурных элементов	5	
	<b>Промежуточная аттестация - экзамен</b>			
	<b>Всего</b>		<b>106/39+73</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	теории и истории физической культуры
3.1.2	зала	Учебно-информационный центр с выходом в сеть Интернет
		Спортивный зал
3.1.4.	мастерская	3 по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»

#### 3.1.4. Оборудование учебного кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
<b>I.</b>	<b>Оборудование</b>	
1.	Рабочие места по количеству обучающихся	К
2.	Рабочее место преподавателя	1
3.	Классная доска	1
4.	Корзина для мусора	1
<b>II.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
1.	Ноутбук	1
2.	Мультимедийный проектор	1
3.	Проектная доска	1
<b>III.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1.	Видеофильмы: -Вредный здоровый образ жизни -Здоровый образ жизни -Парфений Иванов (система закаливания) -Чемпионы (фрагменты фильма) -«Тренер» 2014 г. (фрагменты фильма) -фрагменты уроков физической культуры - фрагменты учебно-тренировочных занятий - фильмы серии «Среда обитания» Слайды (диапозитивы) по разделам курса: -Игра «Знатоки» -Средства физического воспитания -Методы физического воспитания -Международное олимпийское движение -Развитие видов спорта в России Электронные презентации по БЖ: - «Безопасность на дорогах» - «ЧС природного характера» - «Гражданская оборона» - «Компьютерная безопасность» - «Пожарная безопасность» - «Правила безопасности поведения на водоемах» - «Основы военных знаний» - «Основы медицинских знаний» - «Средства индивидуальной защиты»	Д

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Средства коллективной защиты»</li> <li>- «Терроризм – угроза обществу»</li> <li>- «Экологическая безопасность»</li> <li>- «Основы военной службы»</li> <li>- «АК Калашникова»</li> <li>- Уставы ВС</li> <li>-Классификация ЧС</li> </ul>	
<b>IV.</b>	<b>Печатные пособия</b>	
1.	Плакаты: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Неполная разборка и сборка АК</li> <li>- Правила поведения при пожаре</li> <li>- СИЗ</li> <li>- Уголок ГО</li> <li>- Наглядные пособия по строевой подготовке военнослужащих</li> <li>- Действия при ЧС природного и техногенного характера</li> <li>- Боевые традиции и символы воинской части</li> <li>- Дни воинской славы</li> </ul>	Д
2.	Портреты: <ul style="list-style-type: none"> <li>- П.Ф. Лефгафт</li> <li>- П. де Кубертен</li> <li>- Министр обороны РФ – С.К. Шойгу</li> <li>- Президент РФ – В.В. Путин</li> </ul>	Д
3.	Схемы по разделам курсов: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Средства физического воспитания</li> <li>-Методы физического воспитания</li> <li>-Формы занятий физическими упражнениями</li> <li>-Классификация уроков в зависимости от решаемых задач</li> </ul>	Д
<b>V.</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1.	Материалы по теоретической части МДК: <ul style="list-style-type: none"> <li>- конспекты лекций по теории и методике ФК;</li> <li>- рабочая программа ФГОС по физической культуре 1-4 кл. А.П. Матвеев</li> <li>- рабочая программа ФГОС по физической культуре 1-4 кл. В.И. Лях</li> <li>- рабочая программа ФГОС по физической культуре 5-9 кл. А.П. Матвеев</li> <li>- рабочая программа ФГОС по физической культуре 5-9 кл. В.И. Лях</li> <li>- Холодов «Теория и методика физического воспитания»</li> <li>- Железняк «Теория и методика физического воспитания»</li> <li>- Железняк «Основы научно-методической деятельности»</li> <li>- Схема анализа урока физической культуры</li> <li>- Статьи журнала «Спорт в школе»</li> </ul> Материалы для дисциплины ОБЖ, БЖ: <ul style="list-style-type: none"> <li>- конспекты лекций;</li> <li>- С.В. Петров «Первая медицинская помощь»</li> <li>- А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников ОБЖ 5-11 кл.</li> <li>- А.Т. Смирнова Программа общеобразовательных учреждений</li> <li>- Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 кл.</li> </ul>	Ф
2.	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Практикум по теории и методике физического воспитания» Холодов</li> <li>- Костюм ОЗК</li> <li>- комплект «Электронный тир»</li> <li>- противогаз ГП 5</li> </ul>	Д

	- противогаз ГП 7 - жгут кровоостанавливающий	
3.	Материалы по организации самостоятельной работы: - Методические рекомендации по организации самостоятельных работ	К
4.	Комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для текущего контроля; - материалы для промежуточной аттестации; - материалы для итоговой аттестации.	К

### **Оборудование мастерской по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»**

<b>№</b>	<b>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</b>	<b>Примечания</b>
1.	Рабочие места по количеству обучающихся	100%
<b>I.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
1	Ноутбук с периферийным и сетевым оборудованием	16
2	Оргтехника: принтеры струйный цветной, лазерный ч/б	2
3.	Флипчарт	1
4.	Мебель: шкаф, столы, стулья	31
5.	Спортивное оборудование и инвентарь	44
6.	Зеркальный фотоаппарат, со штативом и картой памяти	6

### **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники:**

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. — (Профессиональное образование).
2. Пельменев, В. К. История физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 184 с. — (Профессиональное образование).

##### **Дополнительные источники:**

3. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. Институтов по спец. 03.03 «Физ. культура»/ Б.А Ашмарин – М.: Просвещение, 2010. – 287 с.: ил.
4. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студентов высших учебных заведений/ Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов – М.: Издательский центр Академия, 2013. – 400 с.
5. Железняк, Ю.Д. Баскетбол/ Ю.Д. Железняк, В.Н. Кунянский – М.: Издательский центр Академия, 2010. – 331 с.

6. Железняк, Ю.Д. Волейбол в школе: Пособие для учителя./ Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский – М.: Просвещение, 2010. – 128 с.: ил.Кофман, Л.Б., Настольная книга учителя физической культуры./ Л.Б. Кофман - М.: Физкультура и спорт, 2015. – 340 с.
7. Курицева, З.Н. Развитие двигательных качеств./ З.Н. Курицева - М.: Физкультура и спорт, 2011.- 156 с.
8. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2 – е изд., испр. и доп./ Ж. К Холодов, В.С. Кузнецов - М.: Издательский центр Академия, 2013 – 480 с.

### **3.3. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным работам, организация возможности самотестирования и др.);
- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;
- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;
- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;
- результативной организации самостоятельной работы обучающегося с оценкой каждого вида деятельности обучающегося;
- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: [do.kpk.kss45.ru](http://do.kpk.kss45.ru).
- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>
- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.
- Skype.

– Академия ЮРАЙТ – Образовательная платформа Юрайт. Для вузов и ссузов. (urait.ru).

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, дифференцированного зачета, экзамена, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;</li> <li>- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;</li> <li>- историю международного спортивного движения;</li> <li>- современные концепции физического воспитания;</li> <li>- преподаваемый предмет в пределах требований федерального государственного стандарта и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и наук;</li> <li>- средства формирования физической культуры человека;</li> <li>- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;</li> <li>- мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;</li> <li>- принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;</li> <li>- дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;</li> <li>- основы теории обучения двигательным действиям;</li> <li>- теоретические основы развития физических качеств;</li> <li>- особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;</li> <li>- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательн одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями,</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса</p> <p>Текущий контроль в форме тестирования</p> <p>Подготовка сообщения к занятию, оценивание выступления</p> <p>Выполнение практических работ, защита практики</p> <p>Выполнение практических работ, оценивание работы</p> <p>Оценка умений подбирать средства и методы физического воспитания</p> <p>Выполнение практических</p>

<p>девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях  <u>требования, предъявляемые к оформлению презентационного материала (текстового и цифрового) в зависимости от вида деятельности</u>  <b><u>Разработка и оформление документации, презентационного материала (текстовый, цифровой) в соответствии с установленными требованиями:</u></b>  <u>требования, предъявляемые к разработке презентационного материала (текстового и цифрового) в зависимости от вида деятельности</u></p>	<p>работ</p> <p>Текущий контроль в форме устного опроса</p>
<p><b>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</b>  - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту и т.д.;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся в том числе с особыми потребностями в образовании: обучавшихся, проявивших выдающиеся способности; обучавшихся, для которых русский язык не является родным; обучавшихся с ограниченными возможностями здоровья  - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, саморазвития;  <b><u>Общие требования к организации и проведению рабочего процесса с учетом Техники безопасности, охраны труда и Санитарно-гигиенических норм:</u></b>  <u>осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности</u>  <u>выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих</u></p>	<p>Текущий контроль в форме письменного опроса</p> <p>Выполнение практических работ</p> <p>Подготовка сообщения к занятию, оценивание выступления</p> <p>Текущий контроль в форме тестирования</p> <p>Выполнение практической работы на оценку</p> <p>Моделирование ситуаций</p> <p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях</p> <p>Подготовка конспекта к занятию, оценивание конспекта</p> <p>Проведение занятий по заданию преподавателя на оценку, самоанализ</p> <p>Подготовка сообщения к занятию, оценивание выступления</p> <p>Проверка и оценка оформления рабочей тетради</p> <p><u>Задание в форме демонстрационного экзамена</u></p>

<p><u>правил безопасности и санитарно-гигиенических норм</u>  <u>планировать распределение времени в зависимости от</u>  <u>предстоящего вида деятельности</u>  <u>соблюдать существующие правила по окончанию</u>  <u>запланированного вида деятельности</u>  <u>соблюдать правила зонирования места проведения в</u>  <u>зависимости от вида деятельности.</u>  <b><u>Разработка и оформление документации,</u></b>  <b><u>презентационного материала (текстовый, цифровой) в</u></b>  <b><u>соответствии с установленными требованиями:</u></b>  <u>разрабатывать документы в зависимости от вида</u>  <u>деятельности и предъявляемых требований</u>  <u>оформлять презентационный материал (текстовый и</u>  <u>цифровой) в зависимости от вида деятельности и</u>  <u>предъявляемых требований</u>  <u>разрабатывать презентационный материал (текстовый и</u>  <u>цифровой) в зависимости от вида деятельности и</u>  <u>предъявляемых требований</u>  <u>оформлять документы в зависимости от вида</u>  <u>деятельности и предъявляемых требований</u></p>	
--	--