

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Уваров Виктор Михайлович

Должность: Директор

Дата подписания: 05.02.2023 16:18

Уникальный программный ключ:

e3022e2eb43bc72431a042f7cff0eb0112af97a0aff87ad6f558f879dc5e8508d

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.Г. ШУХОВА»
(БГТУ им. В.Г. Шухова)
ГУБКИНСКИЙ ФИЛИАЛ



УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала

В.М. Уваров

17 февраля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

наименование дисциплины

Специальность: 44.02.03. Педагогика дополнительного образования (в области технического творчества)

Квалификация: педагог дополнительного образования (в области технического творчества)

Форма обучения: очная

Срок обучения: 3 года 10 месяцев

Губкин – 2023

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее – СПО) по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 августа 2014 г. № 998;

- учебного плана программы подготовки специалистов среднего звена 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области технического творчества), входящей в укрупненную группу специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки.

Составитель: _____ преподаватель _____ А.М. Коршиков
ученая степень и звание _____ подпись _____ инициалы, фамилия

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры

Гуманитарных, естественнонаучных и технических дисциплин

название кафедры

« 27 » января 2023 г., протокол № 6

Заведующий кафедрой: _____ к.и.н., доц. _____ В.И. Ковалев
ученая степень и _____ подпись _____ инициалы, фамилия
звание _____

Программа одобрена научно-методическим советом филиала

« 3 » февраля 2023 г., протокол № 52

Председатель: _____ к.т.н., доц. _____ В.М. Уваров
ученая степень и _____ подпись _____ инициалы, фамилия
звание _____

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	2
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
5. УТВЕРЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.04 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования, входящей в состав укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки. Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке работников в области экономики и управления.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

ОГСЭ – общая гуманитарная и социально-экономическая дисциплина учебного цикла.

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

Целью изучения дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности и способность направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Основные задачи дисциплины:

- 1) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- 2) знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 3) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- 4) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- 5) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- 6) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
- приобрести личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
- достигать должного уровня физической подготовленности для полноценной профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основы физической культуры и здорового образа жизни;
- методы физического воспитания и укрепления здоровья;
- её социально-биологические основы. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте. Физическая культура личности;
- основы здорового образа жизни студента. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности;
- профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Основы методики самостоятельных знаний и самоконтроль за состоянием организма;
- спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

1.4. Общие и профессиональные компетенции, формируемые в ходе освоения учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины в соответствии с ФГОС способствует формированию следующих общих компетенций на основе применения активных методов обучения:

Код ОК	Наименование компетенции	Методы обучения
ОК 01.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 02.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 03.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 04.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 05.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 06.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 07.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся (воспитанников), организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 08.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного	Задания проблемного характера; подготовка и защита

	развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 09.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников).	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	Задания проблемного характера; подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий / проектов

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины максимальной учебной нагрузки обучающегося 344 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 195 часов; самостоятельной работы обучающегося 149 часов.

1.6. Использование в рабочей программе часов вариативной части
Учебным планом не предусмотрено

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	2 курс		3 курс	
		Семестр № 3	Семестр № 4	Семестр № 5	Семестр № 6
Максимальная учебная нагрузка (всего)	344	91	94	84	75
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	195	48	69	32	46
в том числе:					
лекции, уроки					
практические занятия	195	48	69	32	46
лабораторные занятия					
семинарские занятия					
контрольные работы					
курсовая работа (проект)					
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося	149	43	25	52	29
Консультации					
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированный зачет</i>					х

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов.	Содержание учебного материала: Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	39	1-3
	в том числе, практических занятий: Упражнения для развития физических качеств. Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по пресеченной местности; эстафетный бег. Спортивные игры; волейбол; совершенствование техники передачи, перемещения, приема подачи, нападающего удара, учебная игра.		
	Лабораторные занятия	-	-
	Контрольные работы	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся	29	-
Тема 2. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	Содержание учебного материала: Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	39	1-3
	в том числе, практических занятий: Спортивные игры: баскетбол. Совершенствование техники передвижения баскетболиста, ведения мяча, стойки, владения мячом, остановки, повороты, ловля мяча, передачи, броски. Эстафеты с элементами баскетболиста; подвижные игры; учебная игра. Совершенствование техники бега на короткие, средние дистанции, совершенствование высокого старта и финиширования		
	Лабораторные занятия	-	-
	Контрольные работы	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся	30	-
Тема 3. Социальная роль физической культуры в	Содержание учебного материала: Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности.	39	1-3

развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности	в том числе, практических занятий: Совершенствование техники легкоатлетических видов спорта, упражнений и методики преподавания: бег на короткие, средние и длинные дистанции. Подвижные игры с элементами бега и метаний малого мяча Спортивные игры – волейбол: совершенствование элементов техники в волейболе.		
	Лабораторные занятия	-	-
	Контрольные работы	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся	30	-
Тема 4. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	Содержание учебного материала: Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.	39	1-3
	в том числе, практических занятий: Спортивные игры – баскетбол: -совершенствование элементов техники в баскетболе; - совершенствование техники штрафного броска со средних дистанций, отбивание от щита. Легкая атлетика:- совершенствование общей физической подготовленности специальных упражнений легкоатлетов, прыжков и прыжковых упражнений; - кроссовый бег; - эстафетный бег; - игры и игровые упражнения с элементами легкой атлетики; - прыжки в длину с разбега		
	Лабораторные занятия	-	-
	Контрольные работы	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся	30	-
Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	39	1-3
	в том числе, практических занятий: Легкая атлетика: -совершенствование специальных упражнений бегуна, техника бега по дистанции, по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий; -кроссовая подготовка; - игры и игровые упражнения с элементами бега. Спортивные игры – волейбол:		

	-совершенствование элементов техники при игре в волейбол; -учебная игра с закреплением пройденного материала.		
	Лабораторные занятия	-	-
	Контрольные работы	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся	30	-
Дифференцированный зачет			
Всего:		344	-

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 РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта (с указанием площади и номера помещения в соответствии с документами бюро технической инвентаризации)
Спортивный зал «Дворца спорта «Кристалл» (раздевалки, спортивный инвентарь и оборудование)	309183, Белгородская обл., г. Губкин, ул. Королева, д. 30
Тренажерный зал «Дворца спорта «Кристалл» (раздевалки, спортивный инвентарь и оборудование)	309183, Белгородская обл., г. Губкин, ул. Королева, д. 30
Плавательный бассейн плавательный бассейн "Дельфин" МБУ "Дворец спорта "Кристалл" (большая чаша плавательного бассейна «Дельфин», раздевалки, спортивный инвентарь и оборудование)	309183, Белгородская обл., г. Губкин, ул. Королева, д. 3-а
Электронный стрелковый тир (Программный комплекс "Электронный Тир")	309186, Белгородская обл., г. Губкин, ул. Дзержинского, д. 15а 302 аудитория, 120,23 кв. м., этаж 3, помещения 3

3.2. Доступная среда

В ГФ БГТУ им. В.Г. Шухова при создании безбарьерной среды учитываются потребности следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

- с нарушениями зрения;
- с нарушениями слуха;
- с ограничением двигательных функций.

В образовательной организации обеспечен беспрепятственный доступ в здание инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья.

Для лиц с нарушением работы опорно-двигательного аппарата обеспечен доступ для обучения в аудиториях, расположенных на первом этаже, также имеется возможность доступа и к другим аудиториям.

Для лиц с нарушением зрения, слуха имеется аудитория, обеспеченная стационарными техническими средствами.

В сети «Интернет» есть версия официального сайта учебной организации для слабовидящих.

3.3. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Инт ернет -ресурсов, дополнит ельной лит ерат уры

Основные источники

1. Физическая культура и спорт студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2020. — 115 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/183498> (дата обращения: 28.02.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дополнительные источники

1. Зайцев, А. П. Физическая культура. Футбол : учебное пособие / А. П. Зайцев. — Новосибирск : НГТУ, 2022. — 130 с. — ISBN 978-5-7782-4673-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/306116> (дата обращения: 28.02.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара : СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/244517> (дата обращения: 28.02.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронные образовательные ресурсы

Крупнейший информационный портал с текущей отечественной библиографией – **Научная электронная библиотека e-LIBRARY.RU** (<http://elibrary.ru>). Содержит оглавления 6500 российских журналов (для большинства статей приведены рефераты), для 2050 из них есть полнотекстовые копии (и более 1000 журналов в открытом доступе!). Глубина ретроспекции – с 1995–1997 гг., но для многих журналов – только за последние несколько лет. На портале также размещены электронные версии иностранных журналов (за период 1995–2004 гг.), исходно приобретенные РФФИ для всех организаций, получавших гранты фонда; к большей части выпусков доступ открыт до сих пор. Возможен поиск по тематическому рубрикатору, авторскому и предметному указателям.

Для доступа к ресурсам e-LIBRARY.RU требуется регистрация.

Медиатека издательства Просвещение (<https://media.prosv.ru>).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none">- понимает роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;- приобрел личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;- достиг должного уровня физической подготовленности для полноценной профессиональной деятельности. <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none">- основы физической культуры и здорового образа жизни;- методы физического воспитания и укрепления здоровья;- её социально-биологические основы. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте. Физическая культура личности;- основы здорового образа жизни студента. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности;- профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Основы методики самостоятельных знаний и самоконтроль за состоянием организма;- спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	<p>Формы контроля обучения:</p> <ul style="list-style-type: none">– домашние задания проблемного характера;– зачет нормативов и контрольных требований. <p>Методы оценки результатов обучения:</p> <ul style="list-style-type: none">– мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;– накопительная оценка.

