

# Аннотация рабочей программы Дисциплины БД.09 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах уровень подготовки

## 1.1 Общая характеристика учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины БД.09 Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программой в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и Федеральным государственным образовательным стандартом (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

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

Дисциплина БД.09 «Физическая культура» относится к общеобразовательному циклу основной профессиональной образовательной программы (общие учебные дисциплины).

## 1.3 Требования к результатам освоения учебной дисциплины

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

личностных:

- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;
- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; – наличие мотивации

к обучению и личностному развитию; метапредметных:

- освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);

- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;

- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

предметных:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

- положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 72 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часа.

## 1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень

## формируемых компетенций)

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ПК 1.7. Выстраивать траекторию профессионального роста на основе результатов анализа процесса обучения и самоанализа деятельности.

### 1.5 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах		
	Всего часов	Семестры	
		1	2
<b>Объем образовательной дисциплины</b>	<b>72</b>	<b>32</b>	<b>40</b>
В том числе:			
<b>Основное содержание</b>	<b>52</b>	<b>20</b>	<b>32</b>
В том числе:			
теоретическое обучение	8	8	
практические занятия	44	12	32
<b>Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>8</b>
В том числе:			
теоретическое обучение	4	4	-
практические занятия	16	8	8
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>			

### 1.6 Структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов		
	Всего	Теоретическое обучение	Практические занятия
<b>Раздел.1 Физическая культура, как часть культуры общества и человека</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>-</b>
Тема 1.1. Современное состояние физической культуры и спорта	2	2	-
Тема 1.2 Здоровье и здоровый образ жизни	2	2	-
Тема 1.3 Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья	2	2	-
Тема 1.4 Основы методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	2	2	-
<b>Профессионально-ориентированное содержание</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>
Тема 1.5 Физическая культура в режиме трудового дня	2	2	-
Тема 1.6 Профессионально-прикладная физическая подготовка	2	2	-
<b>Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности</b>	<b>60</b>	<b>-</b>	<b>60</b>
<b>Профессионально-ориентированное содержание</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
Тема 2.1 Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культуры	2	-	2
Тема 2.2 Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	2	-	2
Тема 2.3. Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности	2	-	2
Тема 2.4. Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при	2	-	2

решении профессионально ориентированных задач			
Тема 2.5 Профессионально-прикладная физическая подготовка	8	-	8
<b>Учебно-тренировочные занятия</b>	<b>44</b>	-	<b>44</b>
Тема 2.6 Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой	4	-	4
Тема 2.7 Гимнастика	12	-	12
Тема 2.8 Спортивные игры	28	-	28
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>72</b>	<b>12</b>	<b>60</b>

## 1.7 Основная литература

1. Лях, В. И. Физическая культура. Базовый уровень : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования / В. И. Лях. – 2-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2025. - 289 с. – (Учебник СПО). - ISBN 978-5-09-124949-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2202346>. – Режим доступа: по подписке.

ФПУ№2.2.6.1.2.1 Срок использования до 12 июля 2028г.

2. Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех. 10-11 классы : учебник / Г. И. Погадаев ; под. ред. И. Акинфеев. - 3-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2024. - 112 с. - ISBN 978-5-09-114832-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2157451>. – Режим доступа: по подписке.

ФПУ№2.2.6.1.2.1 Срок использования до 12 июля 2028 г.

Форма итоговой аттестации:

1 и 2 семестр – **дифференцированный зачет**

Составитель: преподаватель Дерябина А.Л.