

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана в соответствии с

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказом Минпросвещения России от 08 апреля 2021 г. № 153 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования»;

- Приказом Минпросвещения России от 17 августа 2022 г. № 742 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах»;

- Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 24 августа 2022 г. № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 сентября 2022г., зарегистрированный № 70167);

- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

- Локальными актами ГБПОУ РА «АПК им. Х. Андрухаева» : Положение о разработке и утверждении основных профессиональных образовательных программ;

- Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Учебная дисциплина СГ.04. Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Знания:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни;

- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;

- средства профилактики перенапряжения.

Умения:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности

4. Количество часов на освоение программы дисциплины.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося - **172 часа**, в том числе:

- теоретическое обучение – 51 часов,
- практические занятия – 121 часа.

5. Содержание учебной дисциплины.

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема 1. Средства физической культуры

Тема 2. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики

Тема 3. Бег на короткие дистанции

Тема 4. Прыжки в длину с разбега

Тема 5. Метание мяча

Тема 6. Спортивная ходьба

Тема 7. Эстафетный бег

Тема 8. Бег на средние и длинные дистанции

Тема 9. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики

Раздел 2. Спортивные игры (Баскетбол)

Тема 10. Передвижение, остановки, повороты

Тема 11. Передачи мяча

Тема 12. Ведения мяча

Тема 13. Бросок в корзину

Тема 14. Индивидуальные, групповые и командные действия

Раздел 3. Лыжная подготовка

Тема 15. Строевые упражнения с лыжами

Тема 16. Классические хода

Тема 17. Переходы с хода на ход в классических ходах

Тема 18. Преодоление препятствий и подъемов в гору. Торможение.

Тема 19. Проведение соревнований по лыжным гонкам

Раздел 4. Гимнастика.

Тема 20. Физические упражнения

Тема 21. Современные оздоровительные виды гимнастики

Тема 22. Акробатика

Раздел 5. Легкая атлетика

Тема 23. Бег на короткие дистанции

Тема 24. Кроссовая подготовка

Тема 25. Прыжки в длину.

Тема 26. Эстафетный бег

Тема 27. Подвижные игры и эстафеты

Раздел 6. Гимнастика

Тема 28. Упражнения дыхательной гимнастики

Тема 29. Стрейтчинг

Тема 30. Комплекс упражнений на развитие силовой выносливости

Тема 31. Комплекс упражнений на развитие координации движений

Тема 32. Комплекс упражнений с использованием тренажеров

Тема 33. Фитнес аэробика

Раздел 7. Лыжная подготовка

Тема 34. Попеременный двухшажный ход

Тема 35. Одновременные ходы

Тема 36. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный

Тема 37. Подвижные игры и эстафеты на лыжах.

Раздел 8. Спортивные игры (Волейбол)

Тема 38. Техника передвижения волейболиста.

Тема 39. Прием и передача мяча.

Тема 40. Поддача мяча

Тема 41. Техника игры в волейбол

Тема 42. Двухсторонняя игра.

Тема 43. Подвижные игры с элементами волейбола.

Раздел 9. Легкая атлетика

Тема 44. Бег на короткие дистанции.

Тема 45. Бег на длинные дистанции

Тема 46. Челночный бег

Раздел 10. Гимнастика

Тема 47. Общеразвивающие упражнения с предметами

Тема 48. Оздоровительная гимнастика

Тема 49. Базовая аэробика

Тема 50. Танцевальная аэробика.

Тема 51. Степ аэробика

Тема 52. Фитбол аэробика

6. Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 8 семестр.