

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И.Кузнецова»

Утверждаю:
Директор ГАПОУ СО
«ТЛК им. Н.И. Кузнецова»




С.И.Ляшок

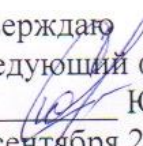
01 сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

2023 г.

Согласовано
на заседании цикловой комиссии
протокол № 1 от 31 августа 2023 г.


_____ / П.Н.Соколов/

Утверждаю
заведующий филиалом

Ю.И.Семакова
01 сентября 2023 г.

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана для профессии среднего профессионального образования 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования по профессии 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства (Приказ Минпросвещения России от 24.05.2022 N 355 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства" (Зарегистрировано в Минюсте России 24.06.2022 N 68984).

Разработчик: Соколов Павел Николаевич, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства.

Учебная дисциплина СГ.04. Физическая культура обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК.

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

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

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

Программа разработана в соответствии с особенностями образовательных потребностей инвалидов и лиц с ОВЗ, с учетом возможностей их психофизиологического развития, индивидуальных возможностей и методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденные Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Науки России от 20 апреля 2015 г. № 06-830.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04. ОК 06. ОК 08.	<ul style="list-style-type: none">- эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;- проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;- использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	<ul style="list-style-type: none">- осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач;- пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	36
в том числе:	
теоретическое обучение	-
лабораторные занятия	-
практические занятия	32
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
контрольная работа <i>(если предусмотрено)</i>	-
<i>Самостоятельная работа</i>	2
Итоговая аттестация	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
Раздел 1. Введение		0	ОК 04.
Тема 1.1. Значение физического воспитания для будущей профессиональной деятельности	Содержание учебного материала	0	ОК 06.
	В том числе практических и лабораторных занятий	0	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся Письменная работа «Значение физического воспитания».	2	
Раздел 2. Легкая атлетика		32	ОК 04.
Тема 2.1. Повторение техники специальных подготовительных упражнений	Содержание учебного материала	2	ОК 06.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 08.
	1. Повторение техники специальных упражнений.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.2. Контрольный бег	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Контрольный бег	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.3. Контрольно-аттестационный урок	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Контрольно-аттестационный урок.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.4. Изучение техники низкого старта	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствование техники низкого старта.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.5. Повторение техники прыжков	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Повторение техники прыжков.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.6. Изучение техники высокого старта	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствование техники высокого старта.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.7. Изучение техники бега на повороте дорожки (вираже)	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.

	1. Повторение техники бега на повороте. 2. Повторение техники бега на вираже.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.8. Изучение техники метания гранаты	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Изучение техники метания гранаты.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.9. Изучение техники метания в цель и на дальность	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Повторение техники метания в цель и на дальность.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.10. Повторение техники метания в цель и на дальность	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствования техники метания в цель и на дальность	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.11. Совершенствование техники метания мяча в цель	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствование техники метания мяча в цель.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.12. Повторение бега на короткие дистанции	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Повторение бега на короткие дистанции.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.13. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.14. Совершенствование техники специальных подготовительных упражнений	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Сдача контрольных нормативов: челночный бег 4х9 (с кубиками); 3х10. 2. Развитие скорости. Развитие двигательных качеств.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.15. Совершенствование скоростно-силовых способностей	Содержание учебного материала	2	ОК 04.
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	ОК 06.
	1. Совершенствование скоростно-силовых способностей.	2	ОК 08.
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 2.16. Изучение техники переменного двухшажного хода	Содержание учебного материала	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	1. Изучение техники переменного двухшажного хода.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Промежуточная аттестация		2	
Всего:		36	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

«Спортивный зал», оснащенный оборудованием:

- брусья разновысокие -1шт.
- щиты баскетбольные с кольцами – 4 шт.;
- стенки гимнастические (пролеты) 8 шт.;
- скамейки гимнастические- 6 шт.;
- маты гимнастические -6 шт.;
- канат подвесной для лазания -1шт.;
- козел гимнастический- 2шт. ;
- конь гимнастический -1 шт.;
- мостики деревянные -3шт.;
- канат для перетягивания-1шт.;
- обручи-10 шт.;
- скакалки – 15 шт.;
- гранаты 500 и 700 г-10 шт.;
- ядро 4 кг-1 шт.;
- лыжи беговые с креплениями- 15пар.;
- палки лыжные -15пар;
- ботинки лыжные-15 пар;
- мячи футбольные -2шт.;
- мячи баскетбольные – 8 шт.;
- мячи волейбольные -8 шт.;
- сетки волейбольные –2 шт.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Печатные издания

- 1.Лях В.И. Физическая культура 10-11 классы: учебник для образовательных учреждений / В.И. Лях, А .А. Зданевич; под ред.В.И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2020. - 237 с
- 2.Лях В.И. Физическая культура 10-11 классы: учебник для образовательных учреждений / В.И. Лях, А .А. Зданевич; под ред.В.И. Ляха. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2022. - 237 с

3.2.2.Электронные издания (электронные ресурсы)

- 1.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ-
<http://lib/sportedu.ru>
2. <http://tpfk.inforsport.ru/>
3. <http://www.uchportal.ru/>
4. <http://www.fizkult-ura.ru/>
5. [www. 1 september.ru](http://www.1september.ru)

3.2.3. Дополнительные источники

1. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2021. - 336 с.: ил.; 60х90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znaniyum.com>].
2. Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2021. - 208 с.: 60х90 1/16. - (Профессиональное

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</p> <ul style="list-style-type: none"> - характеристика базовых видов двигательной деятельности; - основы теории и методики обучения базовым видам двигательной деятельности; - содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной работы по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности и воспитательной работы в коллективах занимающихся; - условия, необходимые для обучения базовым видам двигательной деятельности. 	<p>Критерии оценки</p> <p>дифференцированного зачета</p> <p><u>Оценка 5(отлично):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко. <p><u>Оценка 4(хорошо):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками. <p><u>Оценка 3 (удовлетворительно):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки. <p><u>Оценка 2(неудовлетворительно):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки. 	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Тестовые задания</p> <p>Зачет</p> <p>Педагогическое наблюдение</p> <p>Комплексы упражнений</p> <p>Практическое выполнение</p> <p>Судейская практика.</p> <p>Выполнение тестовых упражнений</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать различные техники, методики обучения и тренировки базовых видов (гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжного спорта, спортивных и подвижных игр). - методически грамотно организовывать спортивные соревнования для лиц с ограниченными возможностями, судейство соревнований; - использовать оборудование, необходимое для различных базовых видов двигательной деятельности с учетом их особенностей эксплуатации; - изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся адаптивной физкультурно-спортивной деятельностью с позиций достижений специальной психолого-педагогической науки и использовать полученную информацию в работе с ними; - применять нормативно-правовую документацию, регламентирующую профессиональную деятельность; - выбирать оптимальные методы и средства решения профессиональной задачи. 		

Для осуществления мероприятий итоговой аттестации инвалидов и лиц с ОВЗ применяются фонды оценочных средств, адаптированные для таких обучающихся и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной профессиональной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех заявленных компетенций.

С целью определения особенностей восприятия обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ и их готовности к освоению учебного материала предусмотрен входной контроль в форме тестирования.

Контроль и оценка результатов освоения предмета осуществляется преподавателем в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Система оценки результативности занятий и требований к освоению обучающимися с ограниченными возможностями здоровья дисциплины «Физическая культура», имеют свою специфику. Их содержание разработано с учетом возможностей слушателей и целей занятий адаптивной физической культурой.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре слушателей, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, делается на стойкую их мотивацию к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях, которые обязательно должны быть замечены преподавателем и сообщены занимающемуся, выставляется положительная оценка.

Положительная оценка должна быть выставлена также слушателю, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной, корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры и другими разделами программного материала.

Слушатели, выполнившие необходимые задания и требования, получают положительную оценку по дисциплине за текущий семестр.