

## **1. Область применения программы**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

## **2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является дисциплиной общеобразовательного цикла основной профессиональной образовательной программы СПО по подготовке специалистов среднего звена по специальности

44.02.04 «Специальное дошкольное образование»

## **3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

Стандарт устанавливает требования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы:

**личностным**, включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме;

**метапредметным**, включающим освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

**предметным**, включающим освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

## **4. Содержание дисциплины**

### **Раздел 1. Легкая атлетика**

Тема 1.1. Бег на короткие дистанции

Тема 1.2. Бег на средние и длинные дистанции

## **Раздел 2. Баскетбол**

Тема 2.1. Техника перемещений и техника владения мячом

Тема 2.3. Индивидуальные и групповые действия

## **Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики**

Тема 3.1. Строевые и общеразвивающие упражнения

Тема 3.2. Акробатические упражнения

## **Раздел 4. Лыжная подготовка**

Тема 4.1. Организация и содержание занятий по лыжной подготовке

Тема 4.2. Классические лыжные хода

Тема 4.3. Спуски, торможения, подъемы

## **Раздел 5. Гандбол**

Тема 5.1. Техника владения мячом и перемещений

Тема 5.2. Техника бросков мяча по воротам. Тактика игры

## **Раздел 6. Общая физическая подготовка**

Тема 6.1. Средства развития силовых и координационных способностей, быстроты

Тема 6.2. Средства развития выносливости и гибкости

## **5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 175 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

## **6. Форма контроля**

Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет.

## **7. Составитель:**

Захаричева Екатерина Викторовна, преподаватель ГБПОУ СО  
«Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Нестеркин Михаил Владимирович, преподаватель ГБПОУ СО  
«Нижнетагильский педагогический колледж №2»