

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**СТАРОБЕЛЬСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ (ФИЛИАЛ)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования «Луганский государственный педагогический университет»
(Старобельский факультет (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Кафедра физической культуры и охраны жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Старобельского факультета (филиала)
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»



Маршуба И.В.
«15» февраля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ**

По направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Физкультурное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО 4 курс (7 семестр), ЗФО 5 курс (Е семестр)

Старобельск, 2023

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура в системе среднего профессионального образования» является частью основной профессиональной образовательной программы для бакалавров всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» (с изменениями и дополнениями). Редакция с изменениями от 26.11.2020 г. № 1456.


СОСТАВИТЕЛЬ:

ассистент кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», **Решетило Евгений Константинович.**

Утверждена на заседании кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности

«1» сентября 2023 г., протокол № 1


Заведующий кафедрой

 А.В. Туленцов

Одобрена на заседании учебно-методического совета Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

«15» ноября 2023 г., протокол № 3

Председатель

 О.В. Верховод

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора
Старобельского факультета
(филиал)

 А.В. Стась

«15» ноября 2023 г.

1. Цели и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование социально-культурного бытия индивида, модификация его общей и профессиональной культуры; воспитание и профессиональная подготовка в отношении студентов к своему здоровью, физическим возможностям и способностям, здоровому образу жизни и профессиональной деятельности; формирование единства знаний, убеждений, ценностных ориентаций в их практическом воплощении.

Задачи:

- ознакомить с организацией физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в детских оздоровительных лагерях отдыха, которая позволяет охватить все возрастные категории детей и учитывает их интересы и потребности в занятиях физической культурой;
- ознакомить с методикой организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- раскрыть и реализовать творческие способности студентов, формировать у студентов гражданскую позицию;
- развитие, обучение и воспитание студентов посредством приобщения личности к освоению ценностей физической культуры;
- разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью;
- разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура в системе среднего профессионального образования» Б1.В.09 относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. Курс связан со следующими учебными дисциплинами специальности «Физическая культура и спорт»:

Основывается на базе дисциплин: «Теория и методика педагогических исследований», «Педагогика», «Педагогическая психология», «Теория и методика физического воспитания».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модуля), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль	1.1_Б.ОПК-14	Знает: - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;

тренировочного и образовательного процесса		<ul style="list-style-type: none"> - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по индивидуальному виду спорта; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в индивидуальном виде спорта.
	2.1_Б.ОПК-14	Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта.
	3.1_Б.ОПК-14	Владеет: <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - навыками планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов / зач. ед.	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка	72/2	72/2
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов), в том числе:	24	8
Лекции	12	4
Практические занятия (в том числе семинарские)	12	4
Контроль	27	12
Самостоятельная работа студента (всего часов)	21	52
Форма аттестация	Экзамен	Экзамен

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Значение физической культуры, как учебной дисциплины системе СПО.

Физическая культура в Основах законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте представлена в средних профессиональных заведениях как учебная дисциплина и важнейший

компонент целостного развития личности. Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки студента в течение периода обучения, физическая культура входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

Тема 2. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе СПО.

Физическая культура как неотъемлемая часть формирования общей и профессиональной культуры личности современного специалиста, системы гуманистического воспитания студентов. Как обязательная для всех специальностей, одно из средств формирования всесторонне развитой личности, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе профессиональной подготовки. Комплексный, системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовке специалистов, формирование мировоззрения, общественно-политическое, трудовое, нравственное, физическое, эстетическое воспитание.

Тема 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.

Понятие и сущность профессионально прикладной физической подготовки, ее цель и задачи. Требования к физической подготовленности специалистов в различных сферах деятельности и тенденции их изменения. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств. Основные понятия и термины в ППФП. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.

Тема 4. Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.

Принципы, используемые при планировании физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях среднего профессионального образования. Календарно-тематическое планирование учебного процесса по физическому воспитанию и спортивных мероприятий.

Тема 5. Формы и методы оздоровительной работы в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.

Организация, содержание и методика массовой внеурочной физкультурно-оздоровительной работы. Двигательный режим учащихся. Методические указания, направленные на развитие двигательных физических качеств.

Тема 6. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.

Построение тренировочного занятия. Правила проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. Основные задачи

физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся. Основы методики занятий оздоровительным бегом. Самоконтроль.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Значение физической культуры, как учебной дисциплины системе СПО.	2	2
2	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе СПО.	2	
3	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.	2	
4	Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.	2	2
5	Формы и методы оздоровительной работы в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.	2	
6	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.	2	
Итого		12	4

4.4. Практические занятия

№	Название темы	Объем часов	
		очная форма	заочная форма
1.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	2	2
2.	Систематика средств, методов и форм физического воспитания.	2	
3.	Физическая культура в структуре профессионального образования	2	
4.	Двигательные задания (упражнения) для формирования и развития профессионально значимых физических качеств.	2	2
5.	Двигательные задания (упражнения) для формирования и развития профессионально значимых психических (психологических) качеств	2	
6.	Основные средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов.	2	
Итого		12	4

4.5 Самостоятельная работа

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			очная форма	заочная форма
1.	Мотивация занятий физическими упражнениям	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	2	6
2.	Формы и содержание занятий физическими упражнениями	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	2	6
3.	Организация и самоконтроль при занятиях физическими упражнениям	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	2	8
4.	Сущность, принципы и методы самостоятельного занятия физическими упражнениями	Подготовка к практическим занятиям и к промежуточному контролю знаний и умений. Самостоятельный поиск источников научно-технической информации, изучение	2	6
5.	Выбор видов физических упражнений и особенности их применения при самостоятельных тренировках	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	2	6
6.	Самостоятельные занятия как компонент системы физического воспитания студентов	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	4	6
7.	Самостоятельные тренировочные занятия	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	4	6
8.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов СПО в рамках компетентностного подхода	Подготовка к практическим занятиям и к промежуточному контролю знаний и умений. Самостоятельный поиск источников научно-технической информации, изучение	3	8
Итого			21	52

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

традиционные объяснительно-иллюстративные технологии, которые обеспечивают доступность учебного материала для большинства студентов, системность, отработанность организационных форм и привычных методов, относительно малые затраты времени;

технологии проблемного обучения, направленные на развитие познавательной активности, творческой самостоятельности студентов и предполагающие последовательное и целенаправленное выдвижение перед студентом познавательных задач, разрешение которых позволяет студентам активно усваивать знания (используются поисковые методы; постановка познавательных задач);

технологии развивающего обучения, позволяющие ориентировать учебный процесс на потенциальные возможности студентов, их реализацию и развитие;

технологии концентрированного обучения, суть которых состоит в создании максимально близкой к естественным психологическим особенностям человеческого восприятия структуры учебного процесса и которые дают возможность глубокого и системного изучения содержания учебных дисциплин за счет объединения занятий в тематические блоки;

технологии модульного обучения, дающие возможность обеспечения гибкости процесса обучения, адаптации его к индивидуальным потребностям и особенностям обучающихся (применяются, как правило, при самостоятельном обучении студентов по индивидуальному учебному плану);

- технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие возможность создания оптимальных условий для развития интересов и способностей студентов, в том числе и студентов с особыми образовательными потребностями, что позволяет реализовать в культурно-образовательном пространстве университета идею создания равных возможностей для получения образования;

технологии активного (контекстного) обучения, с помощью которых осуществляется моделирование предметного, проблемного и социального содержания будущей профессиональной деятельности студентов (используются активные и интерактивные методы обучения) и т.д.

Максимальная эффективность педагогического процесса достигается путем конструирования оптимального комплекса педагогических технологий и (или) их элементов на личностно-ориентированной, деятельностной, диалогической основе и использования необходимых современных средств обучения.

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущими практические занятия по дисциплине в следующих формах: устный опрос; вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений); контрольные работы; темы рефератов.

Фонды оценочных средств, включающие вопросы для обсуждения (в

виде докладов и сообщений), темы контрольных работ, темы рефератов и методы контроля, позволяющие оценить результаты обучающихся по данной дисциплине, помещаются в УМКД.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачета и экзамена. Студенты, выполнившие 75% текущих и контрольных мероприятий на «отлично», а остальные 25 % на «хорошо», имеют право на получение итоговой отличной оценки.

Для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации дисциплины разработан «Фонд оценочных средств по дисциплине.

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (10 бал. * 6 занятий)	60
Самостоятельная работа	10
Экзамен	30
Всего:	100

Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (30 бал. * 2 занятия)	60
Самостоятельная работа	10
Экзамен	30
Всего:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачёта
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные	

		программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Алексеев С. В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С. В. Алексеев, Р. Г. Гостев, Ю. Ф. Курамшин. - М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. - 780 с.
2. Алексеева Е. П. Коллекция лучших физминуток для 5-11 классов. Методическое пособие / Е. П. Алексеева. - М.: Издательство Ольги Кузнецовой, 2013. - 112 с.
3. Арзуманов С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5-9 классов / С. Г. Арзуманов. - М.: Феникс, 2015. - 672 с.
4. Багнетова Е. А. Гигиена физического воспитания и спорта. Курс лекций / Е. А. Багнетова. - М.: Феникс, 2016. - 256 с.
5. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В. А. Бароненко. - М.: Альфа-М, ИНФРА-М, 2012. - 336 с.
6. Барчуков И. С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И. С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
7. Барчуков И. С. Физическая культура: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И. С. Барчуков; Под общ. ред. Н. Н. Маликов. - М.: ИЦ Академия, 2013. - 528 с.
8. Губа В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи / В. П. Губа, О. С. Морозов, В. В. Парфененков. - М.: Советский спорт, 2016. - 208 с.
9. Петрова В. И. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров) / В. И. Петрова, А. Ю. Петров, А. Н. Сорокин. - М.: КноРус, 2013. - 304 с.

б) дополнительная литература:

1. Качашкин В. М. Методика физического воспитания / В. М. Качашкин. - М.: Просвещение, 2015. - 304 с.
2. Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю. П. Кобяков. - Рн/Д: Феникс, 2012. - 252 с.
3. Макеева В. С. Профессионально-личностное развитие учителя в процессе физического воспитания / Макеева В. С. - Москва: РГГУ, 2015. - 103 с.
4. Максачук Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е. П. Максачук. - М.: Спутник +, 2016. - 104 с.
5. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В. Кикотя, И. С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 431 с.

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины предполагает использование академических аудиторий Факультета, соответствующих действующим санитарным и

противопожарным правилам и нормам.

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины будут использованы мультимедийные средства; наборы слайдов и кинофильмов.

Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук,) и т.п.

Практические занятия: презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

9 Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения /дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)