

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра теории и методики физического воспитания



УТВЕРЖДАЮ

**Директор института физического
воспитания и спорта**

Чорноштан А.Г.

«01» февраля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

По направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки Физкультурное образование

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Курс 3курс

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (профиль «Физкультурное образование») очной и заочной форм обучения.

Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура и уровню высшего образования – программы бакалавриата, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.09.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) и ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 № 544н.

СОСТАВИТЕЛИ:

старший преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет»
Бабешко А.П.

Утверждена на заседании кафедры теории и методики физического воспитания
«30» января 2024 г., протокол № 10

Заведующий кафедрой ТМФВ

Богд

Богданова Е.В.

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Протокол от «31» января 2024 г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Крайнюк

Крайнюк О.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

Савенков

Савенков В.В.

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

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» 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 (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-14.	Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.	Знает: систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической

		<p>культуры и спорта; 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.</p> <p>Умеет: изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта.</p> <p>Владеет: навыками разработки методического обеспечения тренировочного процесса; навыками планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>
--	--	---

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	72 (2,0 зач. ед)	72 (2,0 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:		
Лекции	12	4
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия (в том числе интерактив)	12	4
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы (модули)	-	-

КСР	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса (<i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i>)		-
Самостоятельная работа студента (всего)	21	52
Итоговая аттестация	экзамен	экзамен

4.2. Содержание разделов 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	2
4	Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.	2	
5	Формы и методы оздоровительной работы в образовательных учреждениях среднего профессионального образования.	2	
6	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и	2	

	самоконтроль в процессе занятий.		
Итого:		12	4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	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	Систематика средств, методов и форм физического воспитания.	4	
3	Физическая культура в структуре профессионального образования	4	2
4	Двигательные задания (упражнения) для формирования и развития профессионально значимых физических качеств.	4	
5	Двигательные задания (упражнения) для формирования и развития профессионально значимых психических (психологических) качеств	2	
6	Основные средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов.	4	
Итого:		12	2

4.5. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Мотивация занятий физическими упражнениями.	2	6
2	Формы и содержание занятий физическими упражнениями.	2	6
3	Организация и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.	2	6
4	Сущность, принципы и методы самостоятельного занятия физическими упражнениями	4	8
5	Выбор видов физических упражнений и	4	6

	особенности их применения при самостоятельных тренировках		
6	Самостоятельные занятия как компонент системы физического воспитания студентов	2	6
7	Самостоятельные тренировочные занятия	4	8
8	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов СПО в рамках компетентностного подхода.	1	6
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 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».

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

А) основная литература:

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.

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, Вера Степановна Профессионально-Личностное Развитие Учителя В Процессе Физического Воспитания / Макеева Вера Степановна. – 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.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 431 с.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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.

10. Лист дополнений и изменений

[illegible]