

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Еремина Юлия Сергеевна
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 17.06.2025 14:57:28
Уникальный программный ключ:
10fd1e68a2d857e525acc62cd56af70b06cec5d3

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Буденновске

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего кафедрой

 Е. А. Карагодина

Протокол № 10

от 06.05.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.03.ДВ.01.03 Физическая культура для студентов специальной медицинской группы

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы: бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профили: «Начальное образование» и «Русский язык»

Форма обучения: очная

Срок освоения: 5 лет

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

Год начала подготовки: 2025

Буденновск, 2025 г.

Программу составил: Кряженко Е.Н., старший преподаватель
(Фамилия И.О., уч. степень, уч. звание, должность)

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура для студентов специальной медицинской группы» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) от «22» февраля 2018 г. № 125 (ред. от 08.02.2021 № 83) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (Зарегистрировано в Минюсте России 15.03.2018 № 50358).

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили «Начальное образование» и «Русский язык», утвержденного Советом филиала от 17.04.2025 г., протокол № 6.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры начального образования и гуманитарных дисциплин, протокол № 10 от 06 мая 2025 г. для исполнения в 2025-2026 учебном году.

И. о. заведующего кафедрой Е.А. Карагодина Е.А. Карагодина

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой Ю. И. Стебловская Ю. И. Стебловская

Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

1	Цели и задачи освоения дисциплины	4
2	Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3	Планируемые результаты обучения по дисциплине	4
4	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	6
5	Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий	7
6	Контроль качества освоения дисциплины	7
7	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	8
8	Перечень основной и дополнительной учебной литературы	9
9	Материально-техническое обеспечение дисциплины	10

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Целью дисциплины «Физическая культура для студентов специальной медицинской группы» является развитие способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Учебные задачи дисциплины:

- принятие оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм занимающихся, основы организации занятий лечебной гимнастикой;
- определение личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;
- умение отбирать и формировать комплексы гимнастических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура для студентов специальной медицинской группы» относится к обязательной части Блока 1 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные компетенции		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Знает: - основные принципы, средства и методы обучения начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки; - средства и методы общей и специальной физической подготовки; - методы и процедуры оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц; Умеет: - подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы развития физических качеств, а также начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки; - оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; Владеет: - навыками практического выполнения

		физических упражнений; - навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
--	--	--

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет– 328 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры				
			2	3	4	5	6
Контактные часы	Всего:	164,9	32,3	32	32,3	32	36,3
	Лекции (Лек)						
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	164	32	32	32	32	36
	Лабораторные занятия (Лаб)						
	Индивидуальные занятия (ИЗ)						
Промежуточная аттестация	Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)	0,9	0,3		0,3		0,3
	Консультация к экзамену (Конс)						
	Курсовая работа (Кр)						
Самостоятельная работа студентов, в т.ч. с использованием электронного обучения (СР)		163,1	31,7	32	31,7	32	35,7
Подготовка к экзамену (Контроль)							
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость (по плану)		328	64	64	64	64	72

4.2 Тематический план дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Лабораторные занятия		СРС	Всего	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
Семестр 2								
Тема 1. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ без предметов. Упражнения для формирования осанки. Подвижные игры с бегом, прыжками, на внимание		4			6	10	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 2 Ходьба по пересеченной		2				2		Практические

местности							занятия	
Тема 3. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ с гимнастической палкой. Лазание по гимнастической стенке. Приставным, одноименным, разноименным способами. Подвижные игры.		4			6	10	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 4 Ходьба по пересеченной местности		2				2		Практические занятия
Тема 5. . Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ с гимнастической скакалкой. Упражнения на гимнастической скамейке: ползание, подтягиваясь на руках, передвижение одноименным, разноименным способами.		4			6	10	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 6 Ходьба по пересеченной местности		2				2		
Тема 7. . Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ на гимнастической скамейке. Упражнения в равновесии: ходьба по гимнастической скамейке.		4			6	10	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	
Тема 8 Ходьба по пересеченной местности		2				2		
Тема 9. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ с малым мячом. Метание малого мяча в цель, на дальность. Подвижные игры		4			4	8	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	
Тема 10 Ходьба по пересеченной местности		2				2		
Тема 11. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ с набивными мячами. Подвижные игры.		2			3,7	5,7	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	
Форма промежуточной аттестации (зачёт)			0,3			0,3		
Всего за семестр		32	0,3		31,7	64		
Семестр 3								
Тема 1. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Упражнения на тренажерах		8			8	16	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 2. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4		Практические занятия
Тема 3. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега.		8			8	16	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия

Упражнения развития силы, гибкости.							
Тема 4. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4	Практические занятия
Тема 5. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Упражнения на тренажерах		8			8	16 УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 6. Ходьба по пересеченной местности		4			4	8	
Всего за семестр		32			32	64	
Семестр 4							
Тема 1. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Общеразвивающие упражнения. Специальные упражнения укрепляющие опорнодвигательный аппарат		8			8	16 УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 2. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4	Практические занятия
Тема 3. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Общеразвивающие упражнения типа ритмической гимнастики. Подвижные игры.		8			8	16 УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 4. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4	Практические занятия
Тема 5. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Общеразвивающие упражнения. Специальные упражнения для развития силы, гибкости.		8			8	16 УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия
Тема 6. Ходьба по пересеченной местности		4			3,7	7,7	
Форма промежуточной аттестации (зачёт)			0,3			0,3	Практические занятия
Всего за семестр		32	0,3		31,7	64	
Семестр 5							
Тема 1. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ без предметов. Упражнения для формирования осанки.		8			8	16 УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Практические занятия

Подвижные игры с бегом, прыжками, на внимание							
Тема 2. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4	Практические занятия
Тема 3. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Упражнения развития силы, гибкости.		8			8	16	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2 Практические занятия
Тема 4. Ходьба по пересеченной местности		2			2	4	Практические занятия
Тема 5. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Упражнения на тренажерах		8			8	16	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2 Практические занятия
Тема 6. Ходьба по пересеченной местности		4			4	8	
Всего за семестр		32			32	64	
Семестр 6							
Тема 1. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ с набивными мячами. Подвижные игры.		6			8	14	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2 Практические занятия
Тема 2. Ходьба по пересеченной местности		6			4	10	Практические занятия
Тема 3. Строевые упражнения. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. Общеразвивающие упражнения типа ритмической гимнастики. Упражнения для развития силы, гибкости.		6			8	14	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2 Практические занятия
Тема 4. Ходьба по пересеченной местности		6			6	12	Практические занятия
Тема 5. Строевые упражнения. Повороты. Ходьба, виды ходьбы. Бег, виды бега. ОРУ. Упражнения на тренажерах. Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Бутейко.		6			6	12	УК-7.1 УК-7.2 ПК-6.1 ПК-6.2 Практические занятия
Тема 6. Ходьба по пересеченной местности		6			3,7	9,7	
Форма промежуточной аттестации (зачёт)			0,3			0,3	Практические занятия
Всего за семестр		36	0,3		35,7	72	

Итого:		164	0,9		163,1	328		
---------------	--	------------	------------	--	--------------	------------	--	--

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1.).

6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах», «Положением о рейтинговой системе учета учебных достижений студентов в ГБОУ ВО СГПИ».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические

		основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
--	--	--	--

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС Филиала.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата); выполнение индивидуальных заданий; подготовка к практическим занятиям; подготовка к экзамену.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература:

1.Ревенко, Е. М. Элективные курсы по физической культуре и спорту: задания для студентов специальной медицинской группы : методические указания / Е. М. Ревенко. — 2-е изд., доревизованное. — Омск : СибАДИ, 2021. — 17 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176617>

Дополнительная литература:

1.Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учеб.завед. / С.Н Попов. - М.:Академия, 2008

2. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания: учебно-методическое пособие / составитель И. А. Мищенко. - Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. - 59 с. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book>

3. Изучение дисциплины «Физическая культура» студентами специальной медицинской группы: методические рекомендации / составители А. А. Мельников, С. Г.

Попов. - Ярославль: , 2012. - 23 с. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book>

4. Организация занятий по физическому воспитанию со студентами специальной медицинской группы: учебно-методическое пособие / составители Г.И. Головкин, З.С. Землякова. - Томск: ТГУ, 2015 <https://e.lanbook.com/book/74552>

5. Иванова, С.Ю. Физическая культура: учебное пособие / С.Ю. Иванова, Е.В. Сантеева, Ю.В. Гребенникова. - Кемерово: КемГУ, [б. г.]. - Часть 1 - 2016. <https://e.lanbook.com/book/102657>

6. Физическая культура студентов специального медицинского отделения: учебно-методическое пособие. - Томск: ТГУ, 2016. <https://e.lanbook.com/book/91952>

Периодические издания:

1. Грани познания - 2014г. №3 <https://e.lanbook.com/reader/journalArticle/108597/#4>

2. Амурский научный вестник - 2013г. №3 <https://e.lanbook.com/reader/journalArticle/193974/#3>

3. Вестник Бурятского государственного университета - 2014г. №13 <https://e.lanbook.com/reader/journalArticle/180235/#3>

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Microsoft Windows Home/Pro 10/11. Лицензия: V9889235, V3027389.
2. Microsoft Office Std/Pro 2007/2019/2021. Лицензия: V9889235, V3027389.
3. Ubuntu-based Linux - Xubuntu 22.04. Лицензия: GNU GPLv3.
4. Apache OpenOffice 4.1.13. Лицензия: Apache license version 2.0.
5. Браузеры Yandex, Chrome, Firefox, Opera, Internet Explorer, Edge. Лицензия: Freeware.
6. 7-Zip 22.01. Лицензия: GNU LGPLv3.
7. Adobe Acrobat Reader 21. Лицензия: Freeware.
8. VLC media player 3.0. Лицензия: GNU LGPLv2.1.
9. Редактор тестов Айрен 2.3. Лицензия: Freeware.
10. Kaspersky Endpoint Security 11. Лицензия: 0E26-210910-084908-180-634.

Лист актуализации рабочей программы дисциплин

№ п/п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Разработана, утверждена и введена в действие на основании: Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 125 (ред. от 08.02.2021 № 83) и в соответствии с Письмом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 15.11.2023 № МН-5/203212 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по подготовке педагогических кадров на основе единых подходов к их структуре и содержанию образовательных программ высшего образования («Ядро высшего педагогического образования»)).	Протокол заседания кафедры от «06» мая 2025 г. № 10	06.05.2025 г.