Министерство образования Красноярского края
краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Игарский многопрофильный техникум»

Рассмотрено на заседании
Методического совета
Протокол № 11 от 25.06.2021
Председатель Методического совета
Кучина Н.В. _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»
Андреева М.А. _____
«22» 06 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОДБ.04 Физическая культура»

г. Игарка
2021г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОДБ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259). На основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования. Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 382 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»

Разработчики:

Сороковикова Ирина Владимировна, преподаватель КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»

Немченко Наталья Евгеньевна, преподаватель КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»

Эксперты:
Внутренний
Кучина Наталия Владимировна, методист КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»

Внешний
Глухих Наталья Владимировна, учитель высшей квалификационной категории МКОУ «Средняя общеобразовательная школа г.Игарки» им. В.П.Астафьева

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.04 Физическая культура

Область применения программы

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины ОДБ.04 Физическая культура является частью основной профессиональной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.01 Дошкольное образование по укрупненной группе профессий **44.00.00 Образование**

1.2. Место дисциплины дисциплина относится к общеобразовательному циклу, связана с освоением общих компетенций по всем дисциплинам, междисциплинарным курсам, профессиональным модулям.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК,ОК	Умения	Знания
ОК 1-4 ОК 8-9 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 3.2	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***
Объем образовательной программы (всего)	**176**
Самостоятельная работа	**59**
Нагрузка во взаимодействии с преподавателем (всего)	**117**
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	49
контрольные работы	
консультации	
Итоговая аттестация в форме зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объём часов
1	**2**	**3**
Инструктивный обзор дисциплины	Знакомство студентов с основными требованиями и условиями усвоения дисциплины. Инструктивный обзор физической культуры. Правила поведения, техника безопасности и предупреждение травматизма на уроках физической культуры.	2
Раздел 1	**Учебно-практические основы формирования физической культуры**	
Раздел Лёгкая атлетика		**13**
Тема 1.1. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики.	Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики. Бег по пересечённой местности. Совершенствование техники специально лёгко – атлетических упражнений.	2
Тема 1.2 Бег на короткие дистанции.	Бег на короткие дистанции. Старт из разных И.п. Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений. Развитие скоростных качеств. Проверка физической подготовки на начало учебного года.	1
Тема 1.3. Прыжки в длину с разбега.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».1.Бег с ускорением 30-40 м с активными движениями рук и пружинистой постановкой стопы. 2.Отталкивание и полет в шаге. Прыжок в длину с 2-3 шагов разбега, в шаге с приземлением на маховую ногу с последующим пробеганием.3. Приземление	2
Тема 1.4. Метание мяча.	Метание небольших предметов до 80-100 гр. на дальность. Метания мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Метание мяча с места в цель и с разбега на дальность.	1
Тема1.5. Спортивная ходьба	Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы	2
Тема 1.6. Эстафетный бег.	Техника передачи эстафетной палочки. Передача эстафетной палочки левой и правой рукой на месте. Передача эстафетной палочки левой, правой при передвижении шагом, по сигналу преподавателя Передача эстафетной палочки, при передвижении бегом по сигналу передающего. Бег со старта. Бег со старта с опорой на одну руку по прямой. Бег с низкого старта на повороте с эстафетной палочкой.	2
Тема1.7. Бег на средние и длинные дистанции.	Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Ходьба и медленный бег на передней части стопы, бег на месте, с переходом на обычный 30 – 60 м; бег с высоким подниманием	1

	бедра, с захлестыванием голени назад с переходом на обычный бег, семенящий бег с переходом на обычный бег 20х20 м. Бег со средней скоростью с сохранением правильности осанки и работы рук. 3.Бег по повороту с выбеганием на прямую, в бегание с прямой в круг, бег по виражу 3-4 раза. 4.Бег с высокого старта и финиширование.	
Тема 1.8. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.	Подвижные игры с элементами бега, прыжками и эстафеты. **Самостоятельная работа:** Составление картотеки подвижных игр с элементами легкой атлетики для детей дошкольного возраста	2
Раздел 2 Спортивные игры (Баскетбол.)		**12**
Тема.2.1 Передвижение, остановки, повороты.	Перемещение в стойке, остановка, повороты, ускорение. Овладение комбинациями передвижений. Передвижение в нападении и в защите.	2
Тема 2.2 Передачи мяча.	Освоение передачи мяча отскоком от площадки, от груди, из – за головы, от плеча на месте и в движении. Овладение передачей мяча правой, левой рукой снизу.	2
Тема 2.3 Ведения мяча.	Совершенствование техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойках левой, правой рукой с изменением направления движения и скорости с сопротивлением и без сопротивления защитника, с изменением высоты отскока.	2
Тема 2.4 Бросок в корзину.	Совершенствование техники броска в корзину в движении после ловли и ведения. Освоение техники штрафного броска. Действия защитников при штрафных бросках и разыгрывании спорных мячей.	2
Тема 2.5 Индивидуальные, групповые и командные действия	Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите. Овладение личной защиты на своей половине площадки и по всей площадке. Двухсторонняя игра.	4
Раздел 3. Лыжная подготовка.		**10**
Тема 3.1 Строевые	Строевые упражнения с лыжами. Поворот переступанием вокруг пяток лыж: пятки лыж от снега не отрываются и не перекрещиваются, вес тела переносится с одной лыжи на другую, отрывается только	2

упражнения с лыжами.	носок лыж. Поворот переступанием вокруг носок лыж: носки лыж от снега не отрываются и не перекрещиваются, отрываются только задники лыж. Поворот махом на два счета, прыжком.	
Тема 3.2. Классические хода.	Освоение техники классических ходов: скользящего шага, попеременного двухшажного хода; одновременных ходов: одновременно бесшажного, одновременно одношажного, одновременно двухшажного хода.	2
Тема 3.3 Переходы с хода на ход в классических ходах.	Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные хода. Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2
Тема 3.4 Преодоление препятствий подъемов в гору. Торможение.	Большие неровности на лыжне, уступы, бугры, впадины – требуют специальной техники их преодоления. Перед уступом, чтобы избежать прыжка, надо принять низкую стойку, а соскальзывая с него, быстро выпрямиться. Только при этом прыжка и удара не будет. Проезжая бугор на склоне, чтобы избежать прыжка, в момент наезда на него, надо быстро присесть, а выезжая – выпрямиться. Подъем в гору: скользящим ходом, ступающим шагом, «полуёлочкой», «ёлочкой». Техника торможения	2
Тема 3.5 Проведение соревнований лыжным гонкам.	Проведения соревнований по лыжным гонкам в группе на дистанцию 3-5км.	2
Раздел 4 Гимнастика.		**12**
Тема 4.1 Физические упражнения	ТБ на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Комплексы упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками. Комплексы гимнастических упражнений на различные группы мышц.	4
Тем 4.2 Современные оздоровительные виды гимнастики	Освоение комплексов танцевальной аэробики, освоение комплексов атлетической гимнастики с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	4
Тема 4.3 Акробатика.	Акробатические упражнения. Кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок вперед, стойка на лопатках, «мостик» из положения стоя с помощью и самостоятельно. Комбинация из нескольких элементов.	3
Раздел 5 Лёгкая атлетика		**12**

Тема 5.1 Бег на короткие дистанции.	Бег на короткие дистанции 100 – 200 м. Низкий старт, старт из разных И. П. Старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиш. Отработка всех этапов бега.	2
Тема 5.2 Кроссовая подготовка	Выполнение спец. беговых упражнений, знакомство с техникой бега на выносливость, развитие общей выносливости	3
Тема 5.3 Прыжки в длину.	Прыжок с места. Упражнения, способствующие овладению техникой прыжка с разбега. Прыжок в длину с 2-3 шагов разбега в шаге с приземлением на маховую ногу с последующим пробеганием. Прыжок в целом.	2
Тема 5.4 Эстафетный бег	Упражнения для обучения технике эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Передача эстафетной палочки на месте и в движении	2
Тема 5.5 Подвижные игры и эстафеты.	Игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Октябрята», «Гуси-лебеди», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Вызов номеров». Игры преимущественно с прыжками: «Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде», «Волк во рву», эстафета.	3
Раздел 6 Гимнастика		**18**
Тема 6.1 Упражнения дыхательной гимнастики	Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексы дыхательных упражнений	4
Тема 6.2 Стрейтчинг	Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Комплекса упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками. Упражнения на растягивания гибкость. Комплекс гимнастических упражнений на укрепление мышц живота и спины, мини комплекс.	4
Тема 6.3 Комплекс упражнений на развитие координации движений	Выполнение комплекса упражнений на координацию. Подвижные игры. Детские упражнения на развитие координации.	4
Тем 6.4 Комплекс упражнений на развитие силой выносливости	Освоение комплексов аэробики, степ-аэробики.	4

Тема 6.5 Комплекс упражнений с использованием тренажеров	Освоение комплексов с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	2
Раздел 7 Лыжная подготовк		**8**
Тема 7.1 Попеременный двухшажный ход.	Техника строевых упражнений с лыжами. Повороты на месте: махом правой наружу, махом левой наружу, поворот прыжком. Совершенствование техники скользящего шага, попеременного двухшажного хода. Работа рук на месте и в движении.	2
Тема 7.2. Одновременные ходы.	Одновременные ходы: бесшажный, одновременно - одношажный, одновременно - двухшажный ход. Имитация на месте и в движении одновременного бесшажного хода, одновременно - одношажного, одновременно – двухшажного хода.	2
Тема 7.3. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный.	Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный ход и переход с попеременного двух шажного хода на одновременные ходы: одновременно одно шажный, одновременно двух шажный, бесшажный ход.	2
Тема 7.4 Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	Передвижение на лыжах классическими и коньковыми ходами по пересечённой местности 3-5 км. Подготовить и провести на группе подвижные игры с элементами лыжной подготовки. Подвижные игры :«Нарисуй солнышко», Накаты», «Сороконожки», «Команда быстроногих».	2
	Самостоятельная работа: Подобрать 5-6 игр для детей зимой	4
Раздел 8 Спортивные игры (Волейбол)		**13**
Тема 8.1 Техника передвижения волейболиста.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: ходьба, бег, скачок, поворот, остановка. С изучения стоек и перемещений начинается освоение игры в волейбол. Выполнение перемещений с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Броски и ловля набивного мяча во время перемещения**.** Упражнения в парах, в тройке.	2

Тема 8.2 Прием и передача мяча.	Упражнения для изучения и совершенствования техники выполнения передач: верхняя и нижняя передача мяча и прием. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Передачи в парах на месте. Упражнения во встречных колоннах.	2
Тема 8.3 Подача мяча	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя боковая, верхняя прямая.	2
Тема 8.4 Техника игры в волейбол	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	4
Тема 8.5 Двухсторонняя игра.	Двух сторонняя игра: правила судейства, судейские жесты.	2

Тема 8.6 Подвижные игры с элементами волейбола.	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игры, способствующие совершенствованию навыков передачи: «Эстафеты у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч среднему».	1
	Самостоятельная работа: Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола детей дошкольного возраста	**10**
Раздел 9 **Легкая атлетика**		**7**
Тема 9.1. Бег на короткие дистанции.	Упражнения, способствующие овладению техникой бега на короткие дистанции. Бег с низкого старта по прямой. Бег по повороту, бег с низкого старта по повороту, ускорение в конце поворота с переходом к бегу по прямой. Финиширование.	*2*
Тема 9.2 Бег на длинные дистанции.	Упражнения, способствующие овладению техникой бега на длинные дистанции. 2.Бег со средней скоростью с сохранением правильности осанки и работы рук. 3.Бег по повороту с выбеганием на прямую, вбегание с прямой в круг, бег по виражу 3-4 раза. 4.Бег с высокого старта.	*2*
Тема 9.3. Челночный бег	Челночный бег с высокого старта 4х9,14 м., челночный бег из различных и.п., с заданиями.	*2*
Тема 9.4. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Подвижные игры и эстафеты на занятиях легкой атлетикой. Игры для бегунов: «Рывок за мячом», «Сумей догнать», «Наступления», «Гонка с выбыванием». Игры для прыгунов: «Челнок», «Кто выше?», «Перемена мест». Игры для метателей: «Пушкари», «От щита в поле», «Мяч через сетку».	*1*

	Самостоятельная работа: Упражнения и игры для развития быстроты детей дошкольного возраста	***10***
Раздел Гимнастика		**6**
Тема 10.1 Общеразвивающие упражнения с предметами.	Общеразвивающие упражнения с обручами. Общеразвивающие упражнения с различной амплитудой со скакалкой, с гимнастической палкой, на шведской стенке. Упражнения на осанку, гибкость, растягивания.	2
10.2 Оздоровительная гимнастика	Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексы упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия	2
Тема10.3 Базовая аэробика	Освоение комплексов базовой аэробики, основных шагов, дыхательной гимнастики.	2
	Зачет	2
Всего		117

.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Особенности реализации учебной дисциплины[1]:

Для реализации программы учебной дисциплины ОДБ.04 Физическая культура» требует имеется:

Спортивный зал

1. Информационный стенд – 1
2. Стенка гимнастическая – 1 шт
3. Перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической – 1 шт
4. перекладина – 1 шт
5. Гири 16 и 24 кг – 1 шт
6. Секундомеры
7. Весы напольные – 1 шт
8. Ростомер – 1 шт
9. Мячи набивные
10. Прибор для измерения давления
11. Кольца баскетбольные
12. Щиты баскетбольные
13. Сетки баскетбольные
14. Сетка волейбольная
15. Учебно-тренировочный спортинвентарь
16. Комплекты спортивной формы для проведения соревнований
17. Дидактические материалы по физической культуре

Спортивная площадка открытая

1.Ворота футбольные
2. Сетки для футбольных ворот
3. Мячи футбольные
4. Стойки баскетбольные
5. Флажки красные и белые
6. Палочки эстафетные
7. гранаты учебные Ф-1
8. Релетка металлическая
9. Секундомеры
10. Лыжи
11. Ботинки лыжные

Спортивная площадка (полоса препятствий)

1.Турник
2. Брусья
3. Рукоход
4. Полоса препятствий

3.3. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.3.1. Обязательные печатные издания

1.Решетников Н.В. Физическая культура:учебник для студ. учреждений СПО. - ИЦ «Академия», 2019.

2.Суставная гимнастика: Методические указания/ сост. И.А. Романов. – Челябинск: Институт агроэкологии, 2018.

3.Твой олимпийский учебник: Учеб. пособие для учреждений образования. – М.: Советский спорт, 2000.

4.Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: Нормативно-правовое регулирование. – Красноярск: Красспорт, 2016

3.3.2. Электронные издания

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]: прессслужба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru/., свободный (дата обращения: 19.11.2018).

2. ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: http://www.fizkult-ura.ru/., свободный (дата обращения: 19.11.2018).

3. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: https:// www.olympic.ru/., свободный (дата обращения: 19.11.2018).

4. Социальная сеть работников образования nsportal.ru [Электронный ресурс]. – Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: https:// www. nsportal.ru//., (дата обращения: 19.11.2018).

5. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 493 с. Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации. — Режим доступа : www.biblio- online.ru/book/0A9E8424-6C55-45EF-8FBB-08A6A705ECD9
(дата обращения: 25.12.2018).

6. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для СПО / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 125 с. Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации. — Режим доступа: www.biblioonline.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42- 6771A61E9611(дата обращения: 25.12. 2018).

7. Физическая культура : учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 424 с. Книга находится в ЭБС ЮРАЙТ. Для просмотра следует получить пароль при регистрации. — Режим доступа: www.biblioonline.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

умения	**критерии оценки**	**знания**	**критерии оценки**
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	сопоставляет основы здорового образа жизни с личным физическим развитием и физической подготовкой; -умеет использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; - владеет современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеет основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; -владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств. - оценка заданий при проведении	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; □ условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения	знает современное состояние физической культуры и спорта; - демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; -знает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений; - знает основные факторы риска труда воспитателя, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности; значимость физической культуры в профессиональной деятельности - знает средства восстановления

	текущего контроля, промежуточной аттестации - Ооенка самостоятельного проведения обучающимися подвижных игр и комплексов с решением задач по развитию физических качеств - оценка техники выполнения двигательных действий. - оценка техники базовых элементов техники спортивных игр. -владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности, демонстрирует готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)		