

Приложение 2.20
к ОПОП-П по специальности

44.02.02 Преподавание в начальных классах (Учитель начальных классов)

Рабочая программа дисциплины
«СГ.04 Физическая культура»

Содержание

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура»
(наименование дисциплины)

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель дисциплины «Физическая культура»: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста..

Дисциплина «Физическая культура» включена в обязательную часть цикла «социально-гуманитарный цикл» образовательной программы

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен¹:

Код ОК, ПК	Уметь	Знать
ОК 01	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте, владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах, оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника), выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы, определять необходимые ресурсы, анализировать и выделять её составные части определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить, порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности, методы работы в профессиональной и смежных сферах, основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте, структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях
ОК 04	организовывать работу	психологические основы

¹ Берутся сведения, указанные по данному виду деятельности в п. 4.2.

	коллектива и команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	деятельности коллектива, психологические особенности личности
ОК 08	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 ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Трудоемкость освоения дисциплины

Наименование составных частей дисциплины	Объём в часах	В т.ч. в форме практ. подготовки
Учебные занятия	136	38
<i>Курсовая работа (проект)</i>	0	0
Самостоятельная работа	8	0
Промежуточная аттестация в форме з/з/з/дз	0	0
Всего	144	76

2.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий, <i>курсовая работа (проект)</i>	Объем, ак. ч. / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Лёгкая атлетика (ч)		28/0	
Тема 1. Средства физической культуры	Содержание	2/0	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Зоны риска физического здоровья воспитателя. Средства профилактики перенапряжения, стресса	2/0	
Тема 2. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики	Содержание	4/0	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики. Бег по пересечённой местности. Совершенствование техники специально беговых упражнений	4/0	
Тема 3. Бег на короткие дистанции	Содержание	3/0	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	Бег на короткие дистанции. Старт из разных И.п. Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений. Развитие скоростных качеств. Бег 100 метров	3/0	
Тема 4. Прыжки в длину с разбега	Содержание	2/0	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	Отработка техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Выполнение подводящих упражнений	2/0	
Тема 5. Метание мяча	Содержание	3/0	ОК 04

	Совершенствование техники метания малого 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.	3/0	ОК 08 ОК 01
Тема 6. Спортивная ходьба	Содержание	2/0	ОК 04
	Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы. Прохождение дистанции 400 м.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 7. Эстафетный бег	Содержание	2/0	ОК 04
	Совершенствование техники передачи эстафетной палочки. Эстафета 4х100 м. Бег в командах	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 8. Бег на средние и длинные дистанции	Содержание	2/0	ОК 04
	Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Совершенствование техники высокого старта. Бег с высокого старта и финиширование. Бег 1000 метров на время	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 9. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики	Содержание	8/0	ОК 04
	Подвижные игры с элементами бега, прыжками и эстафеты. Организация и проведение подвижных игр	8/0	ОК 08 ОК 01
Раздел 2. Спортивные игры (Баскетбол) (ч)		14/0	
Тема 10. Передвижение, остановки, повороты	Содержание	2/0	ОК 04
	Перемещение в стойке, остановка, повороты, ускорение. Овладение комбинациями передвижений. Передвижение в нападении и в защите	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 11. Передачи мяча	Содержание	2/0	ОК 04
	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	2/0	ОК 08 ОК 01

Тема 12. Ведения мяча	Содержание	2/0	ОК 04
	Совершенствование техники ведения мяча внижкой, средней и высокой стойках левой, правой рукой с изменением направления движения и скорости с сопротивлением и без сопротивления защитника, с изменением высоты отскока.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 13. Бросок в корзину	Содержание	4/0	ОК 04
	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении после ловли и ведения. Освоение техники штрафного броска. Действия защитников при штрафных бросках и разыгрывании спорных мячей.	4/0	ОК 08 ОК 01
Тема 14. Индивидуальные, групповые и командные действия	Содержание	4/0	ОК 04
	Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите. Овладение личной защиты на своей половине площадки и по всей площадке. Двухсторонняя игра.	4/0	ОК 08 ОК 01
Раздел 3. Гимнастика (ч)		14/4	
Тема 15. Физические упражнения	Содержание	4/4	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	4/4	ОК 08
	Практическое занятие 1. ТБ на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой с предметами и без предметов.	2/2	ОК 01
	Практическое занятие 2. Составление комплексов упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками. Выполнение комплексов гимнастических упражнений на различные группы мышц.	2/2	
Тема 16. Современные	Содержание	4/0	ОК 04

оздоровительные виды гимнастики	Освоение комплексов танцевальной аэробики, освоение комплексов атлетической гимнастики с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	4/0	OK 08 OK 01
	Освоение комплексов танцевальной аэробики, освоение комплексов атлетической гимнастики с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	0/0	
Тема 17. Акробатика	Содержание	6/0	OK 04 OK 08 OK 01
	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок вперед, стойка на лопатках, «мостик» из положения стоя с помощью и самостоятельно. Выполнение комбинации из нескольких элементов.	1/0	
	Оценка техники выполнения акробатической комбинации из 6-8 элементов	1/0	
	В том числе самостоятельная работа обучающихся	4/0	
	Тема 1 Разработать комплекс общеразвивающих упражнений без предмета Тема 2 Разработать комплекс упражнений с амортизатором Тема 3 Разработать комплекс упражнений со шведской стенкой Тема 4 Составить комбинацию акробатических элементов	4/0	
Раздел 4. Лёгкая атлетика (ч)		22/0	
Тема 18. Бег на короткие дистанции	Содержание	2/0	OK 04
	Совершенствование техники бега на короткие	2/0	OK 08

	дистанции 100 – 200 м. Низкий старт, старт из разных И. П.. Старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиш. Отработка всех этапов бега.		ОК 01
Тема 19. Кроссовая подготовка	Содержание	4/0	ОК 04
	Выполнение спец. беговых упражнений, совершенствование техники бега на выносливость, развитие общей выносливости	2/0	ОК 08
	Кросс по пересеченной местности 2000м	2/0	ОК 01
Тема 20. Прыжки в длину	Содержание	2/0	ОК 04
	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 21. Эстафетный бег	Содержание	4/0	ОК 04
	Совершенствование техники эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Передача эстафетной палочки на месте и в движении	4/0	ОК 08 ОК 01
Тема 22. Подвижные игры и эстафеты	Содержание	10/0	ОК 04
	Игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Гуси-лебеди», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Вызов номеров». Игры преимущественно с прыжками: «Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде», «Волк во рву», эстафета. Бег 100 метров	10/0	ОК 08 ОК 01
Раздел 5. Гимнастика (ч)		28/20	
Тема 23. Упражнения дыхательной гимнастики	Содержание	4/4	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	4/4	ОК 08
	Практическое занятие 3. Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику	4/4	ОК 01

	профессиональных заболеваний: комплексов дыхательных упражнений		
Тема 24. Стрейтчинг	Содержание	4/4	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	В том числе практических и лабораторных занятий	4/4	
	Практическое занятие 4. Выполнение общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Комплекса упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками.	2/2	
	Практическое занятие 5. Выполнение упражнений для развития гибкости. Комплекс гимнастических упражнений на укрепление мышц живота и спины.	2/2	
Тема 25. Комплекс упражнений на развитие силой выносливости	Содержание	4/4	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	В том числе практических и лабораторных занятий	4/4	
	Практическое занятие 6. Освоение комплексов аэробики, степ- аэробики.	4/4	
Тема 26. Комплекс упражнений на развитие координации движений	Содержание	6/6	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	В том числе практических и лабораторных занятий	6/6	
	Практическое занятие 7. Выполнение комплекса упражнений для развития координации движений. Подбор упражнений для развития координации движений детей дошкольного возраста.	6/6	
Тема 27. Комплекс упражнений с использованием тренажеров	Содержание	4/2	ОК 04 ОК 08 ОК 01
	Освоение комплексов с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	2/0	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	
	Практическое занятие 8. Выполнение комплекса	2/2	

	упражнений с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.		
Тема 28. Фитнес аэробика	Содержание	6/0	OK 04
	Выполнения комплекса фитнес аэробики. Составление и демонстрация комплекса индивидуальной тренировки.	6/0	OK 08 OK 01
Раздел 6. Спортивные игры (Волейбол) (ч)		12/0	
Тема 29. Техника передвижения волейболиста	Содержание	2/0	OK 04
	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений. Выполнение перемещений с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Упражнения в парах, в тройке.	2/0	OK 08 OK 01
Тема 30. Прием и передача мяча	Содержание	2/0	OK 04
	Выполнение упражнений для 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.	2/0	OK 08 OK 01
Тема 31. Подача мяча	Содержание	2/0	OK 04
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2/0	OK 08 OK 01
Тема 32. Техника игры в волейбол	Содержание	2/0	OK 04
	Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие	2/0	OK 08 OK 01

	психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).		
Тема 33. Двусторонняя игра	Содержание	2/0	ОК 04
	Двусторонняя игра: правила судейства, судейские жесты.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 34. Подвижные игры с элементами волейбола	Содержание	2/0	ОК 04
	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игры, способствующие совершенствованию навыков передачи мяча: «Эстафеты у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч среднему».	1/0	ОК 08 ОК 01
	Оценка техники элементов игры в волейбол. Выполнение передач и подач.	1/0	
Раздел 7. Легкая атлетика (ч)		8/0	
Тема 35. Бег на короткие дистанции	Содержание	2/0	ОК 04
	Выполнение упражнений, способствующих 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.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 36. Бег на длинные дистанции	Содержание	2/0	ОК 04
	Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой бега на длинные дистанции. Бег со средней скоростью с сохранением правильности осанки и работы рук. Бег по повороту с выбеганием на прямую, вбегание с прямой в круг, бег по виражу 3-4 раза. 4.Бег с высокого старта.	2/0	ОК 08 ОК 01
Тема 37. Челночный бег	Содержание	4/0	ОК 04
	Совершенствование техники челночного бега.	3/0	ОК 08

	Проведение подвижных игр и эстафет на занятиях легкой атлетикой. Игры с бегом: «Рывок за мячом», «Сумей догнать», «Наступления», «Гонка с выбыванием». Игры с прыжками: «Челнок», «Кто выше?», «Перемена мест». Игры с метанием: «Пушкاري», «От щита в поле», «Мяч через сетку».		ОК 01
	Проведение подвижной игры с элементами л/а	1/0	
Раздел 8. Гимнастика (ч)		18/14	
Тема 38. Общеразвивающие упражнения с предметами	Содержание	2/2	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	ОК 08
	Практическое занятие 9. Выполнение ОРУ с обручами, со скакалкой, с гимнастической палкой, с помпонами (пипидастры). Выполнение упражнений для профилактики нарушений осанки.	2/2	ОК 01
Тема 39. Оздоровительная гимнастика	Содержание	2/2	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	ОК 08
	Практическое занятие 10. Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексы упражнений осанки и плоскостопия	2/2	ОК 01
Тема 40. Базовая аэробика	Содержание	2/2	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	ОК 08
	Практическое занятие 11. Освоение комплексов базовой аэробики, основных шагов, дыхательной гимнастики.	2/2	ОК 01
Тема 41. Танцевальная аэробика	Содержание	2/2	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	ОК 08
	Практическое занятие 12. Освоение комплексов	2/2	ОК 01

	танцевальной аэробики, дыхательной гимнастики.		
Тема 42. Степ аэробика	Содержание	2/2	ОК 04
	В том числе практических и лабораторных занятий	2/2	ОК 08
	Практическое занятие 13. Освоение комплексов степ аэробики, основных шагов.	2/2	ОК 01
Тема 43. Фитбол аэробика	Содержание	8/4	
	В том числе практических и лабораторных занятий	4/4	
	Практическое занятие 14. Освоение комплексов фитбол аэробики, развитие физических качеств.	4/4	
	В том числе самостоятельная работа обучающихся	4/0	
	Тема 5 Разработать комплекс упражнений с медболами Тема 6 Разработать комплекс упражнений с фитболами Тема 7 Разработать комплекс упражнений со скакалкой Тема 8 Составить комбинацию с использованием степа	4/0	
Промежуточная аттестация (з/з/з/дз)		0	
Всего: (144ч)		144/38	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Кабинет(ы) , оснащенный(е) в соответствии с приложением 3 ОПОП-П.

3.2. Учебно-методическое обеспечение

3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания

1. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5- 507-44133-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/255971> .

2. Кузнецов В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с.

3. Кузнецов В.С. Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:<https://book.ru/book/940094>. — Текст : электронный.

4. Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380> .

5. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с.

6. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный

7. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с.

8. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5- 534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475342>

9. Яковлева В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507- 45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931> .

3.2.2. Дополнительные источники

1. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5- 507-44133-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/255971> .

2. Кузнецов В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с.
3. Кузнецов В.С. Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:<https://book.ru/book/940094>. — Текст : электронный.
4. Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380>.
5. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с.
6. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный
7. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с.
8. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475342>
9. Яковлева В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Показатели освоённости компетенций	Методы оценки
Знает: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить, порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности, методы работы в профессиональной и смежных сферах, основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в	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	оценка результатов выполнения комплексов упражнений; тестирования физических качеств оценка заданий при проведении текущего контроля оценка заданий при проведении промежуточной аттестации

профессиональном и/или социальном контексте, структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях, психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности, 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. Умеет: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте, владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах, оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника), выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы, определять необходимые ресурсы, анализировать и выделять её составные части, определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать	форму самовыражения личности показывает значимость физической культуры в профессиональной деятельности, знает средства восстановления, профилактики перенапряжения; использует содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; 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); применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности, владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для	
--	---	--

составленный план, организовывать работу коллектива и команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности, 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	специальности учитель	
---	------------------------------	--