

Аннотация рабочей программы дисциплины
БД.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)
уровень подготовки – базовая

Рабочая программа учебной дисциплины БД.04 Физическая культура разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины БД.04 Физическая культура в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Программа включает в себя: паспорт рабочей программы учебной дисциплины; структура и содержание учебной дисциплины; образовательные технологии; условия реализации программы дисциплины; перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины; методические указания для обучающихся по освоению дисциплины; оценочные средства для контроля успеваемости; дополнительное обеспечение дисциплины.

1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины БД.04 Физическая культура является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина входит в состав базовых дисциплин.

1.3 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате изучения обязательной части учебного цикла обучающийся должен **уметь:**

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- физическими упражнениями разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Формируемые компетенции:

Не предусмотрены.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 144 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 70 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 74 часов.

1.5 Тематический план учебной дисциплины

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих разделов и тем:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа обучающегося (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
Раздел 1. Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков	10	2	2	8
Тема 1.1. Физическое состояние человека и контроль за его уровнем	10	-	2	8
Раздел 2. Легкая атлетика	54	-	36	18
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции	28	-	18	10
Тема 2.2. Метание гранаты 500 г. (дев), 700г. (юноши).	26	-	18	8
Раздел 3. Спортивные игры	88	-	64	24
Тема 3.1. Футбол.	24	-	16	8
Тема 3.2. Баскетбол.	24	-	16	8
Тема 3.3. Волейбол.	20	-	16	4
Тема 3.4. Настольный теннис.	20	-	16	4
Раздел 4. Гимнастика.	23	-	13	10
Тема 4.1. Спортивная гимнастика.	23	-	13	10
Всего по дисциплине	177	2	115	60

1.6 Вид промежуточной аттестации

1,2 семестр – дифференцированный зачет.

1.7 Основная литература

1. Погадаев, Г.И. Физическая культура. 10-11 классы. Базовый уровень: учебник / Г.И. Погадаев.- М.: Дрофа, 2015.- 272 с.
2. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие для СПО / В.А. Бароненко и др.- М.: Инфра-М, 2013.- 335 с.

3. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. - URL: <https://www.biblio-online.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E>
Аллянов, Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для СПО / Ю.

Составитель: преподаватель СПО Папулов Р.Г.