

Аннотация учебной дисциплины
 ОГСЭ.06 Физическая Культура по специальности СПО:
 Специальность 09.02.03 Программирование в компьютерных системах

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		3	4	5	6	7
Аудиторные занятия (всего)	336	64	72	56	64	80
В том числе:						
практические занятия (практикумы)	168	32	36	28	32	40
Самостоятельная работа (всего)	168	32	36	28	32	40
в том числе:						
<i>Самостоятельная внеаудиторная работа в виде домашних практических заданий, индивидуальных заданий, самостоятельного подбора и изучения дополнительного теоретического материала и др.</i>	168	30	36	28	32	40
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	зачёт т	зачёт	зачёт т
Общая трудоемкость	336	64	72	56	64	80

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

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

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями

Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл. Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения

и навыки, сформированные при изучении дисциплины БД.05 «Физическая культура», входящих в состав базовых дисциплин общеобразовательной подготовки среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования. Формирование компетенции по ней не предусмотрены.

Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
3 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика	40	-	20	20
Тема 1.1. Обучение технике бега на короткие дистанции	20	-	10	10
Тема 1.2. Обучение технике бега на средние дистанции	20	-	10	10
Раздел 2.	24		12	12

Гимнастика				
Тема 2.1. Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	24	-	12	12
4 семестр				
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	36	-	18	18
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	36	-	18	18
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	36	-	18	18
Тема 4.1. Обучение технике игры в волейбол	36	-	18	18

5 семестр

Раздел 1.				
Лёгкая атлетика	14	-	7	7
Тема 1.1.				
Обучение техники бега и прыжков	14	-	7	7
Раздел 2.				
Гимнастика	14	-	7	7
Тема 2.1.				
Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	14	-	7	7
Раздел 3.				
Спортивные игры. Баскетбол	14	-	7	7
Тема 3.1.				
Обучение техники игры в баскетбол	14	-	7	7
Раздел 4.				
Спортивные игры. Волейбол	14	-	7	7
Тема 4.1.				
Обучение техники игры в волейбол	14	-	7	7

6 семестр

Раздел 5				
Спортивные игры футбол	32	-	16	16
Тема 5.1				
Обучение техники игры в футбол	32	-	16	16
Раздел 6.				
Лёгкая атлетика	32	-	16	16
Тема 6.1				
Обучение техники бега и прыжков	32	-	16	16

7 семестр

Тема 7. спортивные игры	40	-	20	20
Раздел 7.1 повторение пройденного игры Баскетбол	20	-	10	10
Раздел 7.2 повторение пройденного игры волейбол	10	-	5	5
Раздел 7.3 повторение пройденного игры футбол	10	-	5	5
Тема 8 общая физическая подготовка	40	-	20	20
Раздел 8.1 Работа на гибкость и выносливость	40	-	20	20
Всего по дисциплине	336	-	168	168

Основная литература

Аллянов, Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. - URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/0A9E8424-6C55-45EF-8FBB-08A6A705ECD9#page/1>

Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 217 с. — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/2106477F-6895-4158-BA80-15321E06DB63#page/1>

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для СПО / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 191 с. — (Серия :

Профессиональное образование). — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/F44F4965-4696-4B82-B46B-5C001C8B5606#page/1>

Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для СПО / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017.

188 с. — URL <https://biblio-online.ru/viewer/D07C2800-1494-45DB-8578-2C0F58585C26#page/1>

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/viewer/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E#page/1>

Курсовые работы: не предусмотрены.

Форма итогового контроля по дисциплине «Физическая культура»: экзамен
Автор РПД ОГСЭ.06 «Физическая культура»: Д.О. Кривошеев