

Аннотация учебной дисциплины
ОГСЭ.05 Физическая культура
Специальность 43.02.11 Гостиничный сервис

Область применения учебной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности Садово-парковое и ландшафтное строительство.

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.

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

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

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

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

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

3. основы здорового образа жизни.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 216 часа, в том числе:

- Практическая работа обучающегося 108 часов;

- Самостоятельная работа обучающегося 108 часов.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

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

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций).

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. Гимнастика	24		12	12
Тема 2.1. Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	24	-	12	12
4 семестр				
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	38	-	19	19
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	38	-	19	19
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	38	-	19	19
Тема 4.1. Обучение технике игры в волейбол	38	-	19	19
5 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика	28	-	16	12
Тема 1.1. Обучение технике бега и прыжков	28	-	16	12
Раздел 2. Гимнастика	10	-	5	5
Тема 2.1. Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	10	-	5	5
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	19	-	9	10
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	19	-	9	10
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	19	-	10	9
Тема 4.1. Обучение технике игры в волейбол	19	-	10	9
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. Гимнастика	24		12	12
Тема 2.1. Обучение технике выполнения упражнений на гимнастических снарядах	24	-	12	12
4 семестр				
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	38	-	19	19
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	38	-	19	19
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	38	-	19	19
Тема 4.1. Обучение техники игры в волейбол	38	-	19	19
5 семестр				
Раздел 1. Лёгкая атлетика	28	-	16	12
Тема 1.1. Обучение технике бега и прыжков	28	-	16	12
Раздел 2. Гимнастика	10	-	5	5
Тема 2.1. Обучение технике выполнения опорным прыжкам и акробатике	10	-	5	5
Раздел 3. Спортивные игры. Баскетбол	19	-	9	10
Тема 3.1. Обучение технике игры в баскетбол	19	-	9	10
Раздел 4. Спортивные игры. Волейбол	19	-	10	9
Тема 4.1. Обучение техники игры в волейбол	19	-	10	9

Основная литература

4. 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>
5. *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>
6. *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>

Форма итогового контроля по дисциплине «Физическая культура»: **зачет.**

Автор РПД ОГСЭ.05 Физическая культура: преподаватель физической культуры
Солод В.Г.