

**Аннотация рабочей программы
Дисциплины СГ.04 «Физическая культура»
по специальности 40.02.04 Юриспруденция**

Рабочая программа учебной дисциплины «СГ.04 Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программой в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) для специальности 40.02.04 Юриспруденция.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.04 Юриспруденция.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цель дисциплины: формирование у учащихся системы знаний, умений и навыков в области физической культуры как базы для развития профессиональных компетенций

В результате изучения обязательной части учебного цикла обучающийся должен:

уметь:

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 профессии (специальности).

знать:

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

основы здорового образа жизни;

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

средства профилактики перенапряжения.

Количество часов на освоение программы учебной дисциплины – максимальной учебной нагрузки учащихся 122 часа, в том числе:

— обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 122 часа.

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

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.5 Тематический план учебной дисциплины:

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих тем:

| Наименование разделов и тем | Всего | Количество аудиторных часов | | Самостоятельная работа студента (час) |
|--|-------|-----------------------------|----------------------|---------------------------------------|
| | | Теоретическое обучение | Практические занятия | |
| Раздел 1. Лёгкая атлетика | 18 | 2 | 16 | 0 |
| Раздел 2. Спортивные игры (Баскетбол.) | 10 | - | 10 | 0 |
| Раздел 3. Гимнастика | 10 | - | 10 | 0 |
| Раздел 4. Легкая атлетика | 12 | - | 12 | 0 |
| Раздел 5. Гимнастика | 14 | - | 14 | 0 |
| Раздел 6. Спортивные игры (Волейбол) | 26 | - | 26 | 0 |
| Раздел 7. Легкая атлетика | 20 | - | 20 | 0 |
| Раздел 8. Гимнастика | 12 | - | 12 | 0 |
| | 122 | 2 | 120 | 0 |

1.6. Вид промежуточной аттестации:

3 сем. - зачет

4 сем. - зачет

5 сем.-дифференцированный зачет.

1.7 Основная литература.

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233>

2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497734>

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849>

Составитель: преподаватель Е.В. Петрина.

**Аннотация рабочей программы
Дисциплины СГ.04 «Адаптивная физическая культура»
по специальности 40.02.04 Юриспруденция**

Рабочая программа учебной дисциплины «СГ.04 Адаптивная физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программой в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) для специальности 40.02.04 Юриспруденция.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ. 04 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.04 Юриспруденция.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина СГ. 04 Адаптивная физическая культура относится к общему гуманитарному и социально - экономическому циклу.

Адаптивная физическая культура рассматривается как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребности лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, при восстановлении, укреплении и поддержании здоровья, личностного развития, самореализации и интеграции в общество.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цель дисциплины: формирование у учащихся двигательной активности, здорового образа жизни, профилактика заболеваний обучающихся, посредством адаптированной физической культуры.

В результате изучения обязательной части учебного цикла обучающийся должен:

уметь:

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 профессии (специальности).

знать:

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

основы здорового образа жизни;

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);
средства профилактики перенапряжения

Количество часов на освоение программы учебной дисциплины – максимальной учебной нагрузки учащихся 122 часа, в том числе:

— обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 122 часов.

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

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 6. Проявлять гражданско- патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.5 Тематический план учебной дисциплины:

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих тем:

| Наименование разделов и тем | Всего | Количество аудиторных часов | | Самостоятельная работа студента (час) |
|---|-------|-----------------------------|----------------------|---------------------------------------|
| | | Теоретическое обучение | Практические занятия | |
| Раздел 1. Введение в дисциплину | 32 | 2 | 30 | – |
| Раздел 2. Основы легкой атлетики и терренкура | 26 | 0 | 26 | – |
| Раздел 3. Оздоровительная гимнастика | 32 | 0 | 32 | – |
| Раздел 4. Спортивные игры | 32 | 0 | 32 | – |
| Всего по дисциплине | 122 | 0 | 120 | – |

1.6. Вид промежуточной аттестации:

3 сем. - зачет

4 сем. - зачет

5 сем.-дифференцированный зачет.

1.7 Основная литература.

1. Виленский, М. Я. Физическая культура : учебник / Виленский М. Я., Горшков А. Г. — Москва : КноРус, 2020. — 214 с. — ISBN 978-5-406-07424-4. — URL: <https://book.ru/book/932719>.— Текст : электронный.

2. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 197 с. — (Среднее

профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1071372>. – Режим доступа: по подписке.

3. Шеенко, Е. И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие / Е. И. Шеенко, Б. Г. Толистинов, И. А. Халев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370> .. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст : электронный.

Составитель: преподаватель Е.В. Петрина.