

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Ростовской области «Ростовский колледж культуры»

УТВЕРЖДАЮ

Рудакова А.Н. Подписано цифровой
подписью: Рудакова А.Н.
Дата: 2024.06.27 09:57:27 +03'00'

Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины

ОД.01.06 Физическая культура

Специальность: 52.02.05 Искусство эстрады

2024 год

Рабочая программа учебной дисциплины ОД.01.06 Физическая культура разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования углубленной подготовки 52.02.05 Искусство эстрады укрупненной группы 52.00.00 Сценические искусства и литературное творчество области образования Искусство и культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. N 1360.

Рабочая программа реализуется на базе основного общего образования.

Учебная дисциплина «Физическая культура» в рамках ППССЗ по специальности 52.02.05 Искусство эстрады относится к общеобразовательному учебному циклу, учебные дисциплины ОД.00 (ОД.01.06).

Рабочая программа может быть адаптирована для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья (допускается к применению при электронном обучении и при использовании дистанционных образовательных технологий).

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

в результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг

в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа

Учебная дисциплина направлена на формирование общей компетенции:

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности

Содержание учебной дисциплины:

Раздел 1. Основы физической культуры

Раздел 2. Легкая атлетика

Раздел 3. Кроссовая подготовка

Раздел 4. Гимнастика (Юноши)

Раздел 4. Гимнастика (Девушки)

Раздел 5. Баскетбол

Раздел 6. Волейбол

Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Раздел 8. Спортивные игры

Обязательная аудиторная учебная нагрузка студента – 148 часов

Самостоятельная работа – 148 часов

Период изучения – 1-4 семестры

Форма промежуточной аттестации – зачет (1-4 семестры)