

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

УТВЕРЖДАЮ

Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины

**СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность 51.02.02 Социально-культурная деятельность (по видам)  
по виду Организация культурно-досуговой деятельности

2025 год

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 51.02.02 Социально-культурная деятельность (по видам) по виду Организация культурно-досуговой деятельности в соответствии с квалификацией специалиста среднего звена «менеджер социально-культурной деятельности», укрупненной группы 51.00.00 Культуроведение и социокультурные проекты области образования Искусство и культура утвержденного приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. № 970.

Рабочая программа реализуется на базе основного общего образования.

Учебной дисциплина СГ. 04 «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарно-экономического цикла основной образовательной программы.

Рабочая программа составлена на основе примерной рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, одобрено на заседании Педагогического совета ФГБОУ ДПО ИРПО (Протокол № 19 от «23» июля 2024 года).

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

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08.

### **Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

Цель освоения учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура» - формирование физической культуры личности, способности использовать разнообразные средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

<b>Код ОК</b>	<b>Умения</b>	<b>Знания</b>
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<b>Уметь:</b> – 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 специальности;	<b>Знать:</b> – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; – правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

## **Содержание учебной дисциплины:**

- Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ
- Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности.  
Легкая атлетика
- Раздел 3. Волейбол
- Раздел 4. Баскетбол
- Раздел 5. Гимнастика
- Раздел 6. Бадминтон
- Раздел 7. Настольный теннис
- Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

**Объем образовательной программы учебной дисциплины – 200 часов**

**Период изучения – 1-6 семестры**

**Форма промежуточной аттестации – зачет (2,4,6 семестры)**