

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для изучения физической культуры в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих основную профессиональную образовательную программу СПО (ОПОП СПО) на базе среднего общего образования при подготовке специалистов среднего звена базовой подготовки.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего профессионального образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Физическая культура».

Учебная дисциплина «Физическая культура» в рамках ППСЗ по специальности 51.02.02 *Социально-культурная деятельность по виду: Организация культурно-досуговой деятельности* относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу ОГСЭ. 00 (ОГСЭ. 05.).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни

Учебная дисциплина общего гуманитарного и социально-экономического цикла направлена на формирование общих компетенций:

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 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 6. Работать в коллективе, обеспечивать его сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

Содержание учебной дисциплины:

Раздел 1. Основы физической культуры

Раздел 2. Легкая атлетика

Раздел 3. Кроссовая подготовка

Раздел 4. Гимнастика с основами акробатики

Раздел 5. Баскетбол

Раздел 6. Волейбол

Раздел 7. Гандбол

Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Раздел 9. Оценка уровня физического развития

Раздел 10. Подвижные игры

Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося –134 часа

Самостоятельная работа –134 часа

Период изучения – 3 семестр

Форма промежуточной аттестации – зачет