

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Краснодарского края «Армавирский механико – технологический техникум»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

для специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

2022

ОДОБРЕНА

Цикловой комиссией
социально – гуманитарных дисциплин
и МДК

Председатель Ермолаева Н.А. Ермолаева

Протокол № 10 от «20» мая 2022 г.

Рассмотрена

на заседании педагогического совета
протокол № 10 от «30» мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК АМТТ
С.В. Стрсян



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) / (базовый уровень подготовки), укрупненная группа специальностей 38.00.00 Экономика и управление, утвержденного приказом МОН РФ от 05.02.2018 г. № 69, зарегистрированного Минюстом РФ (регистрационный № 50137 от 26 февраля 2018 г.).

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Краснодарского края «Армавирский механико-технологический техникум».

Разработчик: Ногорелова М.В., преподаватель ГБПОУ КК АМТТ

Рецензенты: И.В. Кондратюк, старший преподаватель физического воспитания кафедры физического воспитания и естественно-биологических наук ФГБОУ ВО АГПУ в г. Армавире

Квалификация по диплому: «Специалист по физической культуре и спорту», по специальности «Физическая культура и спорт»

И.Н. Маликова, руководитель физического воспитания ГБПОУ КК «АМТ» в г. Армавире

Квалификация по диплому: «Физкультурно-оздоровительная работа и туризм», по специальности «Тренер-преподаватель»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ 04. Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания.

Код ¹ ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01 ЛР 1 ЛР 2 ЛР 3 ЛР 4 ЛР 5 ЛР 6 ЛР 7 ЛР 8 ЛР 9 ЛР 10 ЛР 11 ЛР 12	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02	Определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации

¹ Приводятся только коды компетенций общих и профессиональных, которые необходимы для освоения данной дисциплины; также приводятся коды личностных результатов реализации программы воспитания и с учетом особенностей профессии/специальности в соответствии с ОПОП.

ОК 03	определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования	Содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08	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	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	160
Учебная образовательная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	160
в т.ч. в форме практической подготовки	156
Практические занятия	156
Теоретические занятия	4
<i>Самостоятельная работа²</i>	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

² Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и деятельности обучающихся формы организации	Объем в часах	Коды компетенций, формирующим которых способствует элемент программы
1	2	3	
Тема 1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	32	
	1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Правила техники безопасности при занятии физической культурой.	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	В том числе, практических занятий	30	
	1. Обучение технике низкого старта	2	
	2. Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт.	2	
	3. Стартовый разгон.	2	
	4. Бег на коротке дистанции.	2	
	5. Бег на короткие дистанции. Бег 100 м.	2	
	6. Бег на короткие дистанции. Стафетный бег 4*100 м.	2	
	7. Бег на короткие дистанции. 4*400 м.	2	
	8. Повторить технику низкого старта.	2	
	9. Повторить технику низкого старта. Стартовый разгон.	2	
	10. Повторить технику бега с низкого старта, финиширование.	2	
	11. Повторить технику низкого старта. Бег по прямой с различной скоростью.	2	
	12. Техника бега по дистанции.	2	
	13. Техника бега по дистанции. Равномерный бег на дистанцию 2000м (девушки) и 3000м (юноши).	2	
	14. Техника бега по дистанции. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	
	15. Техника бега по дистанции. Прыжки в высоту способом: «прогнувшись», «ножницы», перекидной.	2	
Тема 2.	Содержание учебного материала	30	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
Гимнастика с использованием гимнастических упражнений и	В том числе, практических занятий		
	1. Комплекс силовых упражнений на плечевой пояс.	2	

гимнастических снарядов	2. Комплекс силовых упражнений на плечевой пояс. Общеразвивающие упражнения.	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	3. Комплекс силовых упражнений на плечевой пояс. Упражнения в паре с партнером.	2	
	4. Освоение техникой комплексных упражнений на верхний плечевой пояс.	2	
	5. Освоение техникой комплексных упражнений на верхний плечевой пояс. Упражнения с гантелями.	2	
	6. Развитие силовой выносливости. Зачет.	2	
	7. Развитие силовой выносливости. Упражнения с набивными мячами.	2	
	8. Комплекс силовых упражнений.	2	
	9. Комплекс силовых упражнений. Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.	2	
	10. Комплекс силовых упражнений. Упражнения в чередовании напряжения с расслаблением.	2	
	11. Выполнение ОРУ. Упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание.	2	
	12. Выполнение ОРУ. Висы п упоры, упражнения у гимнастической стенки.	2	
	13. Комплекс ОРУ с набивными мячами.	2	
	14. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Упражнения для коррекции зрения.	2	
	15. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Упражнения с обручем (девушки).	2	
	Тема 3.	34	
Спортивные игры	Содержание учебного материала		
	В том числе, практических занятий		
	1. Волейбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2	
	2. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар.	2	
	3. Прием мяча снизу двумя руками.	2	
4. Прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину.	2		
5. Прием мяча одной рукой в нападении вперед и последующим скольжением на груди-животе.	2		

Тема 4. Виды спорта (по выбору)	6. Влокирование, тактика нападения, тактика защиты.	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	7. Баскетбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2	
	8. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком).	2	
	9. Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом).	2	
	10. Прием техники защиты перехват.	2	
	11. Приемы, применяемые против броска, накрывание.	2	
	12. Тактика нападения, тактика защиты.	2	
	13. Мини-футбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2	
	14. Удар по летящему мячу средней частью подъема ног, удары головой на месте и в прыжке.	2	
	15. Остановка мяча ногой, грудью.	2	
	16. Отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря.	2	
	17. Тактика защиты, тактика нападения.	2	
	Содержание учебного материала	32	
	В том числе практических занятий		
	1. Комбинация из спортивно-гимнастических и акробатических элементов.	2	
	2. Спортивная аэробика. Обучение комплексам упражнений. Техника безопасности при занятии спортивной аэробикой.	2	
	3. Обязательные элементы: подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота.	2	
4. Отжимание в упоре лежа четырехкратное исполнение подряд.	2		
5. Дополнительные элементы: кувырки вперед и назад, падение в упор лежа.	2		
6. Перевороты вперед, назад, в сторону. Зачет.	2		
7. Подъем разгибом с лопаток, шпагаты, сальто.	2		
8. Индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых в разной амплитудой.	2		
9. Индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с разной траекторией, ритмом, темпом.	2		

	10. Индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с повышенной точностью.	2	
	11. Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26—30 движений.	2	
	12. Комплекс упражнений профессиональной направленностью из 26—30 движений. Ритмическая гимнастика (девушки).	2	
	13. Обучение комплексам упражнений.	2	
	14. Обучение круговому методу тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандером, амортизаторами из резины.	2	
	15. Обучение круговому методу тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандером, амортизаторами из резины. Атлетическая гимнастика (юноши).	2	
	16. Обучение комплексам упражнений.	2	
Тема 5. Силовая подготовка	Содержание учебного материала	30	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	В том числе практических занятий		
	1. Обучение специальным физическим упражнениям, укрепляющим мышцы рук.	2	
	2. Обучение специальным физическим упражнениям, укрепляющим мышцы груди.	2	
	3. Обучение специальным физическим упражнениям, укрепляющим мышцы брюшного пресса.	2	
	4. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	2	
	5. Обучение специальным физическим упражнениям, укрепляющим мышцы ног.	2	
	6. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы ног.	2	
	7. Обучение специальным физическим упражнениям, укрепляющим мышцы спины.	2	
	8. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы спины.	2	
	9. Обучение развитию общей и силовой выносливости. Зачет.	2	

	10. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы рук.	2
	11. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы груди.	2
	12. Обучение комплексному развитию физических качеств посредством круговой тренировки.	2
	13. Обучение выполнению общих развивающих физических упражнений.	2
	14. Специальные физические упражнения, укрепляющие мышцы спины.	2
	15. Изучение комплекса упражнений на развитие координации движения.	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		
Учебная нагрузка обучающихся во взаимодействии с преподавателем		
Всего:		160
		160

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Реализация учебной дисциплины требует наличия универсального спортивного зала, тренажёрного зала, оборудованного раздевалкой с душевой кабиной, открытой спортивной площадкой.

Спортивное оборудование: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, корзины, сетки, антенны, оборудование для силовых упражнений, оборудование для занятий аэробикой, гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания; оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке. Для ППФП имеется стрелковый тир.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд техникума имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Печатные издания

1. Физическая культура., Бишаева А.А.: учебник для СПО, М.: ИЦ «Академия», 2017, 320 с.
2. Бишаева А.А.. Физическая культура, Москва, Академия. 2020 (www.academia-moscow.ru) ЭБС
3. Бишаева А.А., Физическая культура, Москва, Академия., 2020 год

3.2.2. Дополнительные источники:

1. Физическая культура., Бишаева А.А.: учебник для СПО, 8-е изд., стер., М.: ИЦ «Академия», 2015, 304 с.
2. Физическая культура. Основы здорового образа жизни., Кобяков Ю.П.: учебное пособие, 2-е изд., Ростов-на-Дону: Феникс, 2014, 252 с.

3.2.3. Интернет ресурсы:

1. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики
<http://sport.minstm.gov.ru>
2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы
<http://www.mosport.ru>

3.3 Требования к организации образовательного процесса

При изучении дисциплины обучающимися должны быть освоены компетенции ОГСЭ.04. ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8.

ОК1. распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника).

ОК2. Определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска.

ОК3. определять актуальность нормативно- правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования.

ОК4. организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.

ОК8. 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.

Исходя из данной программы, студенты в течение обучения проходят одни и те же темы, с ежегодным изменением нормативов, в зависимости от возраста.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Результаты обучения ³	Критерии оценки	Методы оценки
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни. <p>актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</p> <p>основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования</p> <p>психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений.</p>	<p>Распознавание алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях; определение методов работы в профессиональной и смежных сферах; выбор оптимальной структуры плана для решения задач; понимание порядка оценки результатов решения задач; профессиональной деятельности; выбор наиболее оптимальных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; ориентирование в актуальной нормативно-правовой документации; современной научной и профессиональной терминологии; понимание психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности; владение знаниями основ работы с документами, подготовки устных и письменных сообщений; знание основ компьютерной грамотности; знание правил написания и произношения слов, в т.ч. и профессиональной лексики.</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ. Экспертная оценка выполнения контрольных нормативов</p>

³ В ходе оценивания могут быть учтены личностные результаты.

<p>грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения</p>		
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с</p>	<p>владение актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; эффективное выявление и поиск информации, составление оптимального плана действий, анализ необходимых для выполнения задания, ресурсов; осуществление исследовательской деятельности, приводящей к оптимальному результату; демонстрация гибкости в общении с коллегами, руководством, подчиненными и заказчиками; применение средств информационных технологий для решения профессиональных задач; эффективное использование современного программного обеспечения; кратко и четко формулировать свои мысли, излагать их доступным для понимания способом.</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ. Экспертная оценка выполнения контрольных нормативов</p>

помощью наставника) определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе описывать значимость своей специальности применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы 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		
--	--	--

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по учебной дисциплине ОГСЭ.04 «Физическая культура», по профессии (специальности) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Выполненную преподавателем ГБПОУ КК АМТТ Погореловой М.В.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной программы, утвержденной ФГУ ФИРО, 2010 г., на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) /38.00.00 ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ.

В результате изучения программного материала, обучающиеся овладеют знаниями и умениями по вопросам:

- использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- об основах здорового образа жизни.

Рабочая программа состоит из следующих разделов: *Раздел 1.* Научно-методические основы формирования физической культуры личности. *Раздел 2.* Учебно-практические основы формирования физической культуры личности. *Раздел 3.* Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)* (разрабатывается с учётом специфики профессиональной деятельности укрупнённой группы специальностей/профессий). Также в рабочей программе указаны темы: *Тема 1.1.* Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. *Тема 2.1.* Общая физическая подготовка. *Тема 2.2.* Лёгкая атлетика. *Тема 2.3.* Спортивные игры. *Тема 2.4.* Аэробика (гимнастика для девушек) и атлетическая гимнастика (для юношей). *Тема 3.1.* Сущность и содержание ППФП в достижениях высоких профессиональных результатов. *Тема 3.2.* Военно – прикладная физическая подготовка.

В разделе 1 студенты знакомятся с такими понятиями как: «Физическая культура и спорт» как социальные явления, как явления культуры, физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха, дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Также студенты узнают о характеристике изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий, нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений, влиянии занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность,

адаптационные возможности человека и об основах здорового образа и стиля жизни.

В разделе 2 студенты изучают теоретические сведения, физические качества и способности человека: быстрота, сила, выносливость, гибкость, координационные способности. Возрастную динамику развития физических качеств и способностей, взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Двигательные действия, построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Также студенты занимаются практическими занятиями по различным видам спорта.

В разделе 3 студенты узнают о значении психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности, социально-экономической обусловленной необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Приобретают прикладные умения и навыки при подготовке к прикладным видам спорта.

Оценка соответствия тематики практических занятий, лабораторных работ требованиям подготовки выпускника по профессии (специальности) и содержанию рабочей программы: Тематика практических занятий соответствует требованиям подготовки выпускника по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) и содержанию рабочей программы.

Данная программа составлена в деловом стиле с использованием профессиональной терминологии по дисциплине. Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки, техники и производства В данной программе учитываются рекомендации Научно-методического центра среднего профессионального образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации.

Содержание программы дисциплины направлено в основном на формирование практических умений и их совершенствование. Дает возможность преподавателю проводить различные виды занятий.

Программа соответствует требованиям, предъявленным в настоящее время к обучению по дисциплине «Физическая культура» и может быть использована другими учебными заведениями.

Рабочая программа по дисциплине ОГСЭ.04 «Физическая культура» может быть использована для обеспечения основной (профессиональной) образовательной программы по профессии (специальности) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Рецензент:

Старший преподаватель ФГБОУ
ВО «АГПУ»

Подпись _____
удостоверен _____
Нач. ОК _____



И.В. Кондратюк

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по учебной дисциплине ОГСЭ.04 «Физическая культура», по профессии (специальности) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Выполненную преподавателем ГБПОУ КК АМТТ Погореловой М.В.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной программы, утвержденной ФГУ ФИРО, 2010 г., на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) /38.00.00 ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ.

В результате изучения программного материала, обучающиеся овладеют знаниями и умениями по вопросам:

- использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- об основах здорового образа жизни.

Рабочая программа состоит из следующих разделов: *Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности. Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности. Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)* (разрабатывается с учётом специфики профессиональной деятельности укрупнённой группы специальностей/профессий).* Также в рабочей программе указаны темы: *Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Тема 2.1. Общая физическая подготовка. Тема 2.2. Лёгкая атлетика. Тема 2.3. Спортивные игры. Тема 2.4. Аэробика (гимнастика для девушек) и атлетическая гимнастика (для юношей). Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижениях высоких профессиональных результатов. Тема 3.2. Военно – прикладная физическая подготовка.*

В разделе 1 студенты знакомятся с такими понятиями как: «Физическая культура и спорт» как социальные явления, как явления культуры, физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха, дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Также студенты узнают о характеристике изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий, нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений, влиянии занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность,

адаптационные возможности человека и об основах здорового образа и стиля жизни.

В разделе 2 студенты изучают теоретические сведения, физические качества и способности человека: быстрота, сила, выносливость, гибкость, координационные способности. Возрастную динамику развития физических качеств и способностей, взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Двигательные действия, построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Также студенты занимаются практическими занятиями по различным видам спорта.

В разделе 3 студенты узнают о значении психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности, социально-экономической обусловленной необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Приобретают прикладные умения и навыки при подготовке к прикладным видам спорта.

Оценка соответствия тематики практических занятий, лабораторных работ требованиям подготовки выпускника по профессии (специальности) и содержанию рабочей программы: Тематика практических занятий соответствует требованиям подготовки выпускника по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) и содержанию рабочей программы.

Данная программа составлена в деловом стиле с использованием профессиональной терминологии по дисциплине. Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки, техники и производства В данной программе учитываются рекомендации Научно-методического центра среднего профессионального образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации.

Содержание программы дисциплины направлено в основном на формирование практических умений и их совершенствование. Дает возможность преподавателю проводить различные виды занятий.

Программа соответствует требованиям, предъявленным в настоящее время к обучению по дисциплине «Физическая культура» и может быть использована другими учебными заведениями.

Рабочая программа по дисциплине ОГСЭ.04 «Физическая культура» может быть использована для обеспечения основной (профессиональной) образовательной программы по профессии (специальности) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Рецензент:

Руководитель физического воспитания
ГБПОУ КК «АМТ»



И.Н.Маликова

М.П.