**Рабочая ПРОГРАММа УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) в соответствии с Положением об инклюзивном образовании в ГБПОУ «Златоустовский индустриальный колледж им. П.П. Аносова» (П – 97-18) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО): 54.02.02 «Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам)»

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Златоустовский индустриальный колледж им. П.П.Аносова»

Разработчик: Лымарь В. Н., преподаватель физической культуры

**АННОТАЦИЯ**

**1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностиСПО: 54.02.02 «Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам)», в том числе, и для обучения студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ.

Программа учебной дисциплины может быть использована другими учебными заведениями, реализующими образовательную программу среднего (полного) общего образования

**2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья,

- достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:

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

- основы здорового образа жизни.

Результатом освоения программы учебной дисциплины является формирование профессиональных (ПК) и общих (ОК) компетенций

|  |  |
| --- | --- |
| **Код** | **Наименование результата обучения** |
| ОК 2 | Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. |
| ОК 3 | Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность |
| ОК 4 | Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| ОК 6 | Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. |
| ОК 7 | Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий. |
| ОК 8 | Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. |

**3. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | 171 |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | 114 |
| в том числе: |  |
| лабораторные занятия | - |
| практические занятия | 114 |
| контрольные работы | - |
| курсовая работа (проект) | - |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | 57 |
| Виды самостоятельной работы: |  |
| Раздел 1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка | 26 |
| Раздел 2. Гимнастика | 6 |
| Раздел 3. Спортивные игры |  |
| Тема 3.1. Баскетбол | 10 |
| Тема 3.2. Волейбол | 10 |
| Тема 3.3 Настольный теннис | 5 |
| Итоговая аттестация в форме *дифференцированного зачета* | |
| Индивидуальные консультации для студентов инвалидов или студентов с ОВЗ | 10 |

**4. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М.,2017

**Дополнительные источники:**

1. Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М.,2017
2. Быков В.С., паспорт здоровья и физической подготовленности студента, - Челябинск: ЮУрГУ, 2012. – 12 с.
3. Зотов А.П., Э.А. Зюрин, Н.В. Масягина, Б.И.Мишин, О.А.Лисов «Готов к труду и обороне». Методические рекомендации по организации, ведению и реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса» - М.; 2015. – 180 с.
4. Зотов А.П., концепция формирования системы здорового образа жизни учащейся молодежи Российской федерации. Москва, 2015. – 74 с.
5. Лях В.И., Физическая культура: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2015. – 255 с.
6. Лях В.И., Физическая культура. Методические рекомендации.: пособие для учителей общеобразоват. организаций/ В.И. Лях.- М.: Просвещение, 2014. – 190 с.
7. Мутко В.Л. Методическое пособие по подготовке граждан, в том числе по самостоятельной подготовке граждан и подготовке лиц, подлежащих призыву на военную службу, к выполнению нормативов и требований всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) для физкультурно-спортивных работников и организаторов тестовых мероприятий. – Москва, 2014. – 86 с.
8. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре.-М.:ВАКО,2017.-288 с.

**Интернет-ресурсы:**

1. [www.](http://www/) minstm. gov. Ru - Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации
2. [www.](http://www/) edu. Ru - Федеральный портал «Российское образование»
3. [www.](http://www/) olympic. Ru - Официальный сайт Олимпийского комитета России
4. [www.](http://www/) goup32441. narod. Ru - Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).
5. http//www.flgr.ru/ - Федерация лыжных гонок России
6. [http://rules.walk.ru/Basket. Voley html](http://rules.walk.ru/Basket.html) - Сайт посвящённый правилам различных игр.
7. [http://ru.wikipedia.org/wiki/ - Футбол](http://ru.wikipedia.org/wiki/%20-%20Футбол): Правила игры́ в футбо́л.
8. <http://ru.wikipedia.org/wiki/> - Лёгкая\_атлетика

**Информационные образовательные ресурсы**

**для обучения студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ**

Ресурсы АСУ «Procollege»