

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

- Приказом Минпросвещения России от 08 апреля 2021г. № 153 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования»,

- Приказом Минобрнауки России от 13 марта 2018г., № 183 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29 марта 2018г., регистрационный № 50 568),

- Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 24 августа 2022 г. № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 сентября 2022 г., регистрационный № 70167);

- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»,

- Локальными актами ГБПОУ РА «АПК им. Х. Андрухаева»:

- Положение о разработке и утверждении основных профессиональных образовательных программ;

Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Учебная дисциплина ОГСЭ 04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины.

уметь:

- определять задачи для поиска информации; планировать процесс поиска;
- структурировать получаемую информацию;
- выделять наиболее значимое в перечне информации;
- оценивать практическую значимость результатов поиска;
- оформлять результаты поиска;
- - применять современную научную профессиональную терминологию;
- определять и выстраивать траектории самообразования;
- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке,
- описывать социальную значимость своей будущей профессии;
- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать с коллегами, руководством, в ходе профессиональной деятельности;

- 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 учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения;

знать:

- актуального профессионального и социального контекстов, в котором приходится работать и жить;
- основных источников информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритма выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методов работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуры плана для решения задач;
- порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- номенклатуры информационных источников применяемых в профессиональной деятельности;
- приемов структурирования информации;
- формата оформления результатов поиска информации;
- содержания актуальной нормативно-правовой документации;
- современной научной и профессиональной терминологии;
- возможные траектории профессионального развития и самообразования;
- психологических основ деятельности коллектива;
- психологических особенностей личности;
- правил оформления документов и построения устных сообщений;
- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для учителя начальных классов и учителя начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения; средства профилактики перенапряжения;
- современных средств и устройств информатизации;
- порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности.

4. Количество часов на освоение программы дисциплины.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося - **258 часов**, в том числе:

- теоретическое обучение – 51 час,
- практические занятия – 121 час,
- самостоятельная работа – 86 часов.

5. Содержание учебной дисциплины.

Раздел 1. Социально-культурные, психолого-педагогические и медико-биологические основы.

Тема 1.1. Физические способности человека. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Социально-биологические основы физической культуры и спорта.

Тема 1.2. Основы физической и спортивной подготовки. Профилактические и восстановительные мероприятия в процессе занятий физическими упражнениями

Раздел 2. Легкая атлетика.

Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции: техника низкого старта, стартового ускорения, бег по дистанции, финиширование, специальные упражнения.

Тема 2.2.Совершенствование техники длительного бега: старт, бег по дистанции, прохождение поворотов (работа рук, стопы), финишный бросок.

Тема 2.3.Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега: техника разбега, отталкивание, переход через планку и приземление.

Тема 2.4.Совершенствование техники прыжка в длину с разбега: техника разбега, отталкивание, полет, приземление.

Тема 2.5.Совершенствование техники метания гранаты (д.- 500 гр., ю.-700 гр.): держание гранаты, разбег, заключительная часть разбега, финальные усилия.

Тема 2.6.Методика эффективных и экономичных способов владения жизненно-важными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, методы овладения умениями и навыками).

Тема 2.7.Простейшие методики оценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для направленной коррекции (выносливость, защитные функции, общее и локальное утомление, сердечнососудистая система, дыхательная система, энергетические запасы организма, тесты).

Тема 2.8.Контрольные занятия.

Раздел 3. Баскетбол.

Тема 3.1.Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты.

Тема 3.2.Передачи мяча.

Тема 3.3.Ведение мяча.

Тема 3.4.Техника штрафных бросков.

Тема 3.5.Тактика игры в защите и нападении.

Тема 3.6.Основы методов судейства и тактики игры.

Тема 3.7.Методика индивидуального подхода к направленному развитию физических качеств.

Тема 3.8.Контрольные занятия.

Раздел 4. Гимнастика.

Тема 4.1Строевые приемы. Фигурные передвижения. Построение и перестроение. Размыкание и смыкание.

Тема 4.2.Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.

Тема 4.3.Составление комплекса ОРУ и проведение их студентами.

Тема 4.4.Техника акробатических упражнений.

Тема 4.5.Самостоятельное составление и выполнение простейших комбинаций из изученных упражнений.

Тема 4.6.Техника опорного прыжка.

Тема 4.7.Упражнения на брусьях.

Тема 4.8.Упражнения на бревне.

Тема 4.9.Самостоятельное проведение подготовительной части урока с группой студентов

Тема 4.10.Контрольные занятия.

Раздел 5. Волейбол.

Тема 5.1. Стойки игрока и перемещения.

Тема 5.2.Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками.

Тема 5.3.Нижняя прямая и боковая подача.

Тема 5.4.Верхняя прямая подача.

Тема 5.5. Тактика игры в защите и нападении.

Тема 5.6. Основы методики судейства по избранному виду спорта. Правила соревнований. Техника и тактика игры. Практика судейства.

Тема 5.7. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями с гигиенической направленностью.

Тема 5.8. Контрольные занятия.

Раздел 6. Подвижные игры.

Тема 6.1. Подвижные игры преимущественно с бегом.

Тема 6.2. Подвижные игры на развитие физических качеств.

Тема 6.3. Подвижные игры на освоение отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

6. Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 8 семестр.