

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1.1. Область применения программы:** реализация среднего общего образования в пределах программы подготовки специалистов среднего звена (далее- ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальностям 09.02.07 Информационные системы и программирование, 10.02.05 Обеспечение информационной безопасности автоматизированных систем.

### **1.1. Место дисциплины в структуре ППССЗ:**

Учебная дисциплина «Физическая культура» входит в Общеобразовательный учебный цикл из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности». Рабочая программа направлена на достижение личностных и метапредметных результатов обучения, выполнение требований к предметным результатам обучения.

### **1.3. Общая характеристика учебной дисциплины:**

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

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих результатов:  
**Личностные результаты обучения:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков

профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные

и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно

общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

- готовность к служению Отечеству, его защите;

### **Метапредметные результаты обучения:**

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;

- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и

организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

**Требования к предметным результатам обучения:**

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**1.4. Профильная составляющая (направленность) общеобразовательной дисциплины:**

В профильную составляющую учебной дисциплины «Физическая культура» по специальностям включено профессионально направленное содержание, необходимое для освоения ППСЗ и формирования общих компетенций. Специфика изучения учебной дисциплины «Физическая культура» для овладения данными специальностями отражена в следующих темах: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры.

**1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов

**1.6. Изменения, внесенные в рабочую программу**

Данная программа разработана на основе Примерной программы общеобразовательной учебной «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций/ Бишаева А. А. — М. : Издательский центр «Академия», 2015.

Изменения в распределении учебных часов:

В связи с отсутствием материально-технической базы для занятий зимними видами спорта и плаванием из программы исключены темы: «Лыжная подготовка» и «Плавание», а часы из указанной тем распределены в темы «Легкая атлетика», «Гимнастика», «Спортивные игры».

Тема «Виды спорта по выбору» вынесена на самостоятельное изучение в форме посещения спортивных секций, клубов и спортивных кружков по одному из видов спорта, а также посещения спортивных мероприятий по различным видам спорта и различного уровня.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

| <b>Вид учебной работы</b>                                    | <b><i>Объем часов</i></b> |
|--|---------------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                 | <i>117</i>                |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>      | <i>117</i>                |
| в том числе:   |                           |
| теоретические работы   | -                         |
| практические занятия   | <i>117</i>                |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося</b>                   | -                         |
| <b>Промежуточная аттестация в форме зачета (1,2 семестр)</b> |                           |