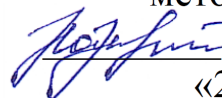


Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Пермский филиал Финансового университета

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебно-
методической работе

 Ю.А. Хакимова
«25» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ. 05 Адаптивная физическая культура

по специальности **09.02.07 Информационные системы и программирование**

Пермь, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 09.02.07 Информационные системы и программирование (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.02.2018г. № 69), а также Примерной основной образовательной программы по данной специальности.

Организация-разработчик рабочей программы: Пермский финансово-экономический колледж-филиал ФГОБУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»

Разработчик программы: Дьякова И.В., преподаватель первой квалификационной категории Пермского филиала Финуниверситета

Рецензент: Валентова Л.Ф., руководитель физического воспитания, преподаватель высшей категории ГБПОУ «Пермский колледж транспорта и сервиса»

Рабочая программа учебной дисциплины физическая культура рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании кафедры общеобразовательных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол № 11 от «25» июня 2025г.

Зав.ПЦК, к.п.н.  М.Л. Катаева

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ	10
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы (далее ОПОП) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» составлена для очной формы обучения, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (далее по тексту - ДОТ и ЭО), обеспечивает возможность обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. ДОТ и ЭО предусматривает возможность передачи информации в доступных для них формах.

Применение оптимизированной модели обучения (адаптивное обучение) зависит от потребностей обучающихся (по медицинским показаниям) и имеющихся возможностей образовательной организации.

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы: Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Учебная дисциплина относится к базовым дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла учебного плана специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

Дисциплина Физическая культура формирует общие компетенции:

ОК.01. 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)

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.

ОК.03. Определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования

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.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01	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
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.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	Условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности. Основ здорового образа жизни. Эффективных средств, профилактики перенапряжения, утомляемости в трудовом процессе. Рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины
 максимальная учебная нагрузка 178 часов, в том числе:
 обязательная аудиторная учебная нагрузка 118 часа,
 самостоятельная работа 118 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная аудиторная учебная нагрузка (всего)	178
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	
в том числе:	128
- теоретические занятия	3
практические занятия	120
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	50
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	5

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>		
Раздел 1. Основы физической культуры – 2 часа			
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурном развитии личности	Содержание учебного материала Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психологических качеств. Профессионально-прикладная физическая подготовка и общефизическая подготовка. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Написание рефератов, докладов, эссе. Выполнение индивидуальных проектов. Составление кроссвордов по видам спорта, презентаций, комплексов ОРУ, утренней и производственной гимнастики. Подготовка и участие в Олимпиадах по теории Физической культуры. Подготовка к тестированию по теории физической культуры.	1	
Раздел 2. Легкая атлетика – 46 часов			ОК1, ОК2, ОК3, ОК8.
Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Кроссовая подготовка.	Содержание учебного материала Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Правила техники безопасности на занятии Легкой атлетики. Специальные беговые упражнения Техника бега с низкого, среднего и высокого старта. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового рывка, финиширования. Совершенствование техники бега на дистанцию 30м . Совершенствование техники бега на дистанцию 60м . Совершенствование техники бега на дистанцию 100м . Совершенствование техники бега на дистанцию 500м . Совершенствование техники бега на дистанцию 1000м	6	

	Техника бега на дистанцию 3000м, без учета времени. Кроссовая подготовка. Способы передачи эстафетной палочки. Выполнение контрольных нормативов.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Пробегание дистанций 30м,60м,100м на скорость. Кроссовая подготовка (пробегание дистанций 1000м, 3000м, 5000м) Выполнение комплексов специальных упражнений бегуна. Подготовка к выполнению контрольно - тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	10	
Тема №.2.2. Прыжки	Содержание учебного материала Техника прыжков в длину с места и с разбега. Прыжки через скакалку.Разучивание техники разбега, отталкивания и приземления при выполнении прыжков в длину с разбега. Выполнение комплексов специальных упражнений прыгуна. Разучивание техники маха руками, отталкивания и приземления при выполнении прыжков в длину с места. Прыжки через скакалку.Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов. Техника прыжка « в шаге» с укороченного разбега. Выполнение контрольных нормативов: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», прыжок в длину с места	6	
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно-тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	8	
Тема 2.3. Метания.	Содержание учебного материала Техника метания теннисного мяча и гранаты. Разбег и замах при выполнении метаний гранаты и теннисного мяча. Техника метания гранаты, контрольный норматив. Метание теннисного мяча на точность и дальность. Выполнение контрольных нормативов.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно-тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	10	
Раздел 3. Баскетбол – 34 часа			ОК1, ОК2, ОК3, ОК8
Тема 3.1. Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча.	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях баскетболом. Основные правила игры в баскетбол. Основная стойка баскетболиста. Перемещения без мяча. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броски с места и с разбега. Овладение техникой выполнения ведения мяча правой и левой руками, передач и бросков мяча в кольцо с места. Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо с2х шагов. Техника выполнения штрафного броска. Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно - тестовых заданий Учебно-тренировочная игра в баскетбол	10	
Тема 3.2 Групповые взаимодействия в нападении в баскетболе.	Содержание учебного материала Совершенствование техники ведения и передач мяча в 2х, 3х и 4х. Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передач и бросков в колонне и по кругу после перемещений. Передачи в движении со сменой места. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведения, ловли и передач мяча в колоннах, парах, тройках. Игра в отрыв. Учебная игра в баскетбол. Выполнение контрольных нормативов по	6	

	техническим элементам в баскетболе.		
Тема 3.3. Групповые взаимодействия в защите в баскетболе.	Содержание учебного материала Перемещение в стойке защитника. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Индивидуальный и зонный прессинг. Учебная игра в баскетбол. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.	6	
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	Содержание учебного материала Техника владения баскетбольным мячом. Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага-бросок», бросок мяча с места из-под кольца. Челночное ведение. Совершенствование технических элементов в учебной игре в баскетбол. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.	6	
Раздел 4. Волейбол 34 часа			ОК1, ОК2, ОК3, ОК8
Тема 4.1. Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча.	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях волейболом. Отработка действий: стойки и перемещения по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нападающий удар с места и с разбега. Блок. Страховка у сетки.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта Подготовка к выполнению контрольно - тестовых заданий Учебно-тренировочная игра в волейбол	10	
Тема 4.2. Групповые взаимодействия в защите.	Содержание учебного материала Техника приема мяча с подачи двумя руками. Прием мяча с подачи двумя руками. Взаимодействия в 3х, 4х после перемещений и через сетку. Блок, страховка. Учебная игра в волейбол. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в волейболе	6	
Тема 4.3 Групповые взаимодействия в нападении.	Содержание учебного материала Техника прямого нападающего удара и подач через сетку. Отработка техники прямого нападающего удара из 2-й и 4-й зон с передачи. Выполнение подач на точность. Страховка нападающего игрока. Учебная игра в волейбол. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в волейболе.	6	
Тема 4.4 Совершенствование техники владения волейбольным мячом	Содержание учебного материала Проверка умений и навыков. Прием контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Прием контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений. Учебно-тренировочная игра в волейбол. Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в волейболе.	6	
Раздел 5. Гимнастика 31 часов			ОК1, ОК2, ОК3, ОК8
Тема 5.1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях в тренажерном зале. Развитие силы различных мышечных групп. Выполнение упражнений с собственным весом, с отягощениями. Круговая тренировка. Выполнение упражнений на тренажерах для различных мышечных групп. Выполнение контрольных нормативов по гимнастике.	5	
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно-тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	10	
Тема 5.2 Профессионал	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Производственная	6	

бно-прикладная физическая подготовка (ППФП)	гимнастика. Физкультурная пауза. Разучивание и составление комплексов упражнений типа утренней и производственной гимнастики. Марш – бросок до 6 км. Дыхательная гимнастика, пилатес, суставная гимнастика.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно-тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	10	
Раздел 6. Лыжная подготовка 26 часов			ОК1, ОК2, ОК3, ОК8
Тема 6.1. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Разучивание техники лыжных ходов. (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках)). Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересеченной местности. Повороты, торможения, спуски, подъемы. Прыжки на лыжах с малого трамплина. Прохождение дистанций 3 км (девушки), до 5 км (юноши) на лыжах. Катание на коньках. Стойка. Скольжение. Техника падений. Техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту. Разгон, торможение. Техника и тактика бега по дистанции. Пробежание дистанции до 500 метров. Подвижные игры на коньках. Кроссовая подготовка. Бег по стадиону до 5 км. Выполнение контрольных нормативов по данным видам спорта.	18	
	Самостоятельная работа обучающихся: Еженедельно 2 часа в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП. Подготовка к выполнению контрольно-тестовых заданий и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	10	
Дифференцированный зачет	Практические занятия	5	
Всего		178	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально – техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Спортивный зал– с разметкой для игры в баскетбол, волейбол, баскетбольные кольца, волейбольные стойки и сетка; спортивный инвентарь: мячи, обручи, скакалки, коврики, ракетки для бадминтона, гимнастические маты, гимнастические скамейки, шведская стенка, турник.
2. Место для стрельбы (длиной 30 метров) – инвентарь: пневматическая винтовка – 1 ед., пневматический пистолет – 1 ед., учебный АКМ – 2 ед.
3. Тренажёрный зал (тренажёры).
4. Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий – баскетбольная, волейбольная площадки с разметкой; кольца для игры в баскетбол, сетка для игры в волейбол, беговая дорожка, прыжковая яма; полоса препятствий (ров, лабиринт, стенка с двумя проломами).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Адаптивная физическая культура. Ежеквартальный журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.afkonline.ru/>
2. Здоровье и образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.valeo.edu.ru>
3. Каталог библиотеки Московского гуманитарного университета [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://elib.mosgu.ru/>
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lfksport.ru/>
5. Научный портал Теория.Ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru>
6. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.minstm.gov.ru>
7. Официальный сайт Паралимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://paralymp.ru/>
8. Официальный сайт Олимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>
9. Российская спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>
11. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php>
12. Быченков С. В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ С. В. Быченков, О. В. Везеницын, – Электрон.текстовые данные. – Саратов: Профобразование, 120 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70294.html>. – ЭБС «IPRbooks»
13. Стельмашонок В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В. А. Стельмашонок, Н. В.

Владимирова. – Электрон.текстовые данные. – Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2015. – 328 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/67696.html>. – ЭБС «IPRbooks».

В соответствии со ст. 43 Конституции Российской Федерации, 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 9 ред. от 29.07.2017), приказом Минобрнауки России от 09.11.2015 N 1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи», ГОСТа Р 57723-2017 «Информационно-коммуникационные технологии в образовании. Системы электронно-библиотечные. Общие положения», ГОСТа 52872-2012 «Интернет ресурсы. Требования доступности для инвалидов по зрению» все предлагаемые электронные ресурсы максимально комфортны для чтения слабовидящими людьми. Масштабирование текста достигает 300 процентов. При изменении масштаба сохраняется возможность видеть всю страницу текста, не обрезая его.

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Владение целостной системой знаний о физической культуре и ее роли в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Устный опрос Тестирование
Знание основ здорового образа жизни	Использование и применение основ здорового образа жизни в формировании собственного стиля жизни для решения личных и профессиональных задач	Устный опрос Тестирование
Умение использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Владение основными средствами и методами оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры для укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; ценностями физической культуры и спорта для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. Навыки выполнения двигательных действий из оздоровительных систем физических упражнений и	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий, приема функциональных проб и контрольных испытаний с учетом имеющегося заболевания.

	адаптивной физической культуры, элементов базовых видов спорта для улучшения морфофункционального состояния. Владение разнообразными методиками применения средств оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры для улучшения морфофункционального состояния. Самостоятельное составление и освоение комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики, физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности с соблюдением техники безопасности. Владение основными методиками самоконтроля при занятиях оздоровительной физической культурой	
--	--	--

Рецензия

на рабочую программу учебной дисциплины «Физическая культура» для специальностей:
38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)», 38.02.02 «Страховое дело»,
38.02.06 «Финансы», 38.02.07 «Банковское дело», 40.02.01 «Право и организация социального
обеспечения», 09.02.07 «Информационные системы и программирование»
(на базе среднего общего образования)

Программа учебной дисциплины Физическая культура составлена преподавателем Румянцевой С.В. в соответствии с требованиями ФГОС СПО.

Программа оформлена в соответствии с рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного среднего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования.

Учебная дисциплина Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС относится к базовым учебным дисциплинам общеобразовательного учебного цикла подготовки студентов в учреждениях СПО.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности. Применение оптимизированной модели обучения (адаптивное обучение) зависит от потребностей обучающихся (по медицинским показаниям) и имеющихся возможностей образовательной организации.

В программе выделены четыре компонента: Паспорт учебной дисциплины; Структура и содержание учебной дисциплины; Условия реализации учебной дисциплины; Контроль и результаты освоения учебной дисциплины.

В первой части программы в соответствии с требованиями ФГОС СПО отражены результаты освоения обучающимися основных разделов дисциплины Физическая культура. Рабочая программа составлена с учетом внедрения в образовательный процесс элементов дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

В структуре и содержании учебной дисциплины общая нагрузка распределена на максимальный объем образовательной нагрузки и обязательная (аудиторная) образовательная нагрузка в том числе: практические занятия и самостоятельная работа обучающихся. Формой итоговой аттестации по дисциплине является дифференцированный зачет.

В тематическом плане и содержании учебной дисциплины в полном объеме представлены дидактические единицы по основным разделам дисциплины: Легкая атлетика, Гимнастика, Баскетбол, Волейбол, Лыжная подготовка.

Список литературы оформлен в соответствии с требованиями ГОСТа, включает в себя электронные учебные пособия. Учебные издания, включенные в список основной литературы, имеют гриф Минобрнауки России.

Формы и содержание контроля соответствуют результатам освоения учебной дисциплины, отраженными в ФГОС СПО.

Программа отвечает современным требованиям к обучению и отражает современные тенденции в обучении и воспитании личности.

Представленная программа может служить примерной для составления рабочих программ учебной дисциплины Физическая культура для специальностей СПО.

Рецензент:

Руководитель физического воспитания,
преподаватель высшей квалификационной категории
ГБОУ «Пермский колледж транспорта и сервиса»



Валентова Л.Ф.