

ОГСЭ.05 Физическая культура

[индекс и наименование учебной дисциплины в соответствии с рабочим учебным планом]

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ**

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	ОГСЭ.05 Физическая культура	
Нормативная основа составления рабочей программы	ФГОС СПО (Приказ Минобрнауки РФ от 12 мая 2014 года № 506)	
Наименование специальности	39.02.01 Социальная работа	
Квалификация выпускника	Специалист по социальной работе	
Фамилия, имя, отчество разработчика	Скидан Людмила Васильевна	
в том числе:	Всего часов –	380
	Лекции –	24
	Лабораторные и практические занятия, включая семинары –	166
	Самостоятельная работа –	190
Вид аттестации –	Зачет, дифф. зачет	
Семестр аттестации –	3,4,5,6,7,8.	

Цель:	Формирование физической культуры личности для обеспечения готовности к социально-профессиональной деятельности, приобщение к здоровому образу жизни для систематического физического самосовершенствования.
Задачи:	Создание целостного представления о физической культуре общества и личности, ее роли в личностном, социальном и профессиональном развитии специалиста.
	Формирование осознанной потребности к физическому самовоспитанию, самосовершенствованию, здоровому образу жизни.
	Воспитание нравственных и физических качеств, необходимых для личностного и профессионального развития.
	Обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности.
	Приобщение к опыту творческой деятельности в сфере физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей.
Структура:	Цель и задачи дисциплины, место дисциплины в структуре ППССЗ, требования к результатам освоения дисциплины, объем дисциплины и виды учебной работы, содержание дисциплины (содержание разделов дисциплины), разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами, разделы дисциплины и виды занятий, учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (основная, дополнительная литература, программное обеспечение, базы данных, информационные справочные и поисковые системы)

Требования к умениям: Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

Требования к знаниям: О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
Об основах здорового образа жизни.

Курс ОГСЭ.05 «Физическая культура» позволяет сформировать следующие компетенции:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
ОК 10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 13	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1.	Техника безопасности на уроках физической культуры
Раздел 2.	Теоретические основы физической культуры
Раздел 3.	Гимнастика
Раздел 4.	Легкая атлетика
Раздел 5.	Волейбол
Раздел 6.	Баскетбол
Раздел 7.	Плавание
Раздел 8.	Лыжные гонки
Раздел 9.	Новые виды спорта
Раздел 10.	Туризм и спортивное ориентирование
Раздел 11.	Подвижные игры и эстафеты
Раздел 12.	Общая физическая подготовка