

СГПК	Учебно-методический комплекс дисциплины	СГПК
Форма	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД	Форма

Министерство образования и науки Республики Коми
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Сыктывкарский гуманитарно-педагогический колледж имени И.А. Куратова»

ОУП.09 Физическая культура

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

**Учебно-методический
комплекс дисциплины**

Аннотация дисциплины

**Рабочей программы учебной дисциплины для студентов,
обучающихся на базе основного общего образования**

Наименование общеобразовательной дисциплины	ОУП.09 Физическая культура
Нормативная основа составления рабочей программы	ФГОС среднего (полного) общего образования Приказ Минобрнауки России № 1384 от 27.10.2014
Профиль получаемого профессионального образования	Гуманитарный
Уровень изучения	Базовый
Наименование специальности (специальностей)	53.02.01.Музыкальное образование
Фамилия, имя, отчество разработчика РПУД	Богданова С.А.
в том числе:	Всего часов – 76
	Лекции – 1
	Лабораторные и практические занятия, включая семинары – 75
	Самостоятельная работа – 2
Вид аттестации	Дифференцированный зачет
Семестр аттестации	1,2

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

Цели дисциплины Развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально-культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культуры у будущего квалифицированного специалиста

Структура: Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура»
Структура и содержание общеобразовательной дисциплины
Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины
Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины

ШК	УМКД ► Унифицированные формы оформления ◄ УМКД	ГПОУ «СГПК»
20.11.2025 13:07:15	Аннотация рабочей программы учебной дисциплины	стр. 1 из 2

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1.	Физическая культура как часть культуры общества и человека
Тема 1.1.	Здоровье и здоровый образ жизни
Профессионально-ориентированное содержание	
Тема 1.2.	Физическая культура в режиме трудового дня
Раздел 2.	Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности
Прикладной модуль (профессионально-ориентированное содержание)	
Тема 2.1.	Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой
Тема 2.2.	Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»
Тема 2.3.	Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности
Тема 2.4.	Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организаций занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач
Тема 2.5.	Профессионально-прикладная физическая подготовка
Тема 2.6.	Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой
Тема 2.7.	Гимнастика
Тема 2.7.1.	Основная гимнастика
Тема 2.7.2.	Акробатические упражнения
Тема 2.7.3.	Аэробика
Тема 2.8.	Спортивные игры
Тема 2.8.1.	Футбол
Тема 2.8.2.	Баскетбол
Тема 2.8.3.	Волейбол
Тема 2.8.4.	Бадминтон
Тема 2.8.5.	Настольный теннис
Тема 2.9.	Легкая атлетика
Тема 2.10.	Лыжная подготовка