

Комитет образования и науки Курской области

областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Курский государственный политехнический колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОБПОУ «КГПК»

О.И. Морозова О.И. Морозова

«16» июня 2017 г.



Рабочая программа учебной дисциплины

Физическая культура


для специальности 38.02.02 Страхование (отраслям)


Курск

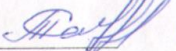
2017

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 38.02.02 Страхование дело (по отраслям)

Разработчик: Бирдус В.Р., преподаватель ОБПОУ «КГПК»

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» рассмотрена и одобрена на заседании П(Ц)К «Физическая культура и БЖД»
Протокол № 9 от «16» мая 2017 г.
Председатель П(Ц)К  Р.А. Луданов

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» рассмотрена и одобрена на заседании Методического совета
Протокол № 3 от «07» июня 2017 г.
Председатель Методического совета  И.Н. Толмачева

Заместитель директора по учебной работе  Н.Ю. Тарасова.

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура»

Дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.02 Страхование дело (по отраслям).

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины у студентов будут формироваться следующие **компетенции:**

ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 6.	Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	236
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	118
в том числе:	
практические занятия	118
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	118
В т.ч.: Внеаудиторная самостоятельная работа организуется в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП, не менее 2 часов в неделю. Проверка эффективности данного вида самостоятельной работы организуется в виде анализа результатов выступления на соревнованиях или сравнительных данных начального и конечного тестирования, демонстрирующих прирост в уровне развития физических качеств, работы с интернет ресурсами, выполнения практических заданий, работа с дополнительными источниками, подготовки докладов и презентаций	
Итоговая аттестация проводится в форме дифференцированного зачета	

Содержание дисциплины

Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности

Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни

Раздел 2. Учебно-тренировочный

Тема 2.1. Общая физическая подготовка

Тема 2.2. Легкая атлетика

Тема 2.3. Спортивные игры

Тема 2.4. Лыжная подготовка

Тема 2.5. Аэробика (девушки) Атлетическая гимнастика (юноши)