*Приложение № 10*

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУ ЛЬТУРА

2019 г.

Программа учебной дисциплины по профессии среднего профессионального образования **08.01.08 Мастер отделочных строительных работ,** укрупненная группа профессий **08.00.00** **Техника и технологии строительства**, квалификация **Облицовщик-плиточник, Штукатур** составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по профессии среднего профессионального образования (далее СПО) **270802.10 Мастер отделочных строительных работ,** утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.08.2013 г. № 746, зарегистрированного в Минюсте РФ (регистрационный № 29634 от 20.08.2013 г.).

Организация - разработчик: федеральное казённое профессиональное образовательное учреждение № 212 ФСИН России.

Разработчик:

Куковинец Григорий Иванович - преподаватель ФКП образовательного учреждения № 212.

Рассмотрено и утверждено на заседании методической комиссии.

Протокол № « \_\_\_ » от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019 г.

Председатель МК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Куковинец Г.И.

СОДЕРЖАНИЕ

**Стр.**

**СТР.**

1. **ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ 3**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ 4**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

1. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ 12**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 14**

2

**1.ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Физическая культ ура

* 1. **Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС по профессии СПО **270802.10 Мастер отделочных строительных работ.**

* 1. **Место дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих:** дисциплина является разделом программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих.
  2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- o роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

Приобретенные знания и умения должны способствовать формированию следующих **компетенций:**

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

**Рекомендуемое количество часов** на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 80 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 40 часов; самостоятельной работы обучающегося – 40 часов.

3

**2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ФК.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **80** |
| **Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)** | **40** |
| в том числе: |  |
| теоретические занятия | 20 |
| практические занятия | 20 |
| **Самостоятельная работа обучающихся (всего)** | **40** |
| в том числе: |  |
| еженедельно 2 часа в форме занятий по ОФП | 20 |
| проведение УГГ (утренней гигиенической гимнастики) | 20 |
| Промежуточная аттестация в форме**дифференцированного зачета** | |

4

**3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

**ФК.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1.Требования к минимальному материально-техническому обеспечению** Для реализации программы дисциплины имеется учебная аудитория, открытый плац широкого профиля, футбольное поле, спортивный зал.

Перечень учебно-спортивного инвентаря:

**-** гантели, гири 16, 24, 32;

- тренажеры для занятия атлетической гимнастики;

* канат для перетягивания, скакалки, секундомер;

- коврик туристический;

- мячи волейбольные, футбольные, баскетбольные;

- гимнастические коврики.

Технические средства обучения:

1. мультимедийный проектор

2.Информационное обеспечение обучения.

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

**Основные источники:**

1.Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие для студентов сред. проф. заведений, 2-е изд., перераб. – М: Альфа-М: ИНФРА-М, 2010. – 336 с.

2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С.Барчуков; под общ. ред. Г.В.Барчуковой. – М.: КНОРУС, 2011. – 368 с. – (Среднее профессиональное образование).

3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для нач. и сред.

проф. образования – М.: Издательский центр «Академия», 2010.

– 272 с.

4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учебное

пособие для студентов средних профессиональных заведений – М.:

Академия, 2007. – 152 с.

5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И.

Физическая культура: учебное пособие для студентов средних

профессиональных заведений – М.: Академия, 2010. – 176 с.

12

**Дополнительные источники:**

* 1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; под общ. ред. Н.Н.Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.

2. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н.Курысь, И.Б.Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.

3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А.Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).

4. Бишаева А.А. Физическая культура (5 издание): учебник Москва «Академия» 2018г – 320 с.

**Интернет ресурсы:**

1. [www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru) **(Официальный сайт** Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации)**.**

2. [www.edu.ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование).

3.Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>

4.Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

5. Федеральный портал «Российское образование».

13

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка результатов** освоения дисциплины осуществляется посредством текущего контроля знаний и промежуточной аттестации. Текущий контроль проводится на любом из видов учебных занятий. Его результаты учитываются в промежуточной аттестации. Итоговая аттестация проводится по окончании изучения дисциплины в форме дифференцированного зачёта.

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения**  **(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и** **оценки результатов обучения** |
| **Умения:** |  |
| - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. | Экспертное наблюдение в ходе выполнения упражнений.  Дифференцированный зачёт. |
| **Знания:** |  |
| - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;  - основы здорового образа жизни. | Тестирование.  Контроль устных ответов. |

14