**аннотация**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ учебной дисциплины**

**ОГСЭ. 05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО 44.02.04 Педагогика дополнительного образования

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

ОГСЭ.00 Общий гуманитарный и социально-экономический цикл

ОГСЭ. 05 Физическая культура

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

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 процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие и профессиональные компетенции:

OК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

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 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка – 412 часов;

обязательная аудиторная учебная нагрузка – 206 часов;

самостоятельная (внеаудиторная) работа – 206 часов

**1.5. Форма промежуточной аттестации:** в форме дифференцированного зачета

**1.6. Содержание учебной дисциплины:**

Раздел 1.Теоретические занятия

Тема 1.1. Физическая культура (ФК) в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Тема 1.2. Основы здорового образа жизни. Физические способности человека и их развитие

Тема 1.3.Профессионально-прикладная физ. подготовка (ППФП)

Раздел 2.Легкая атлетика

Тема 2.1. Бег на короткие дистанции

Тема 2.2. Бег на длинные дистанции

Тема 2.3. Бег по пересеченной местности

Тема 2.4. Прыжок в длину

Тема 2.5.Совершенствование техники метания в цель и на дальность

Раздел 3.Лыжная подготовка

Тема 3.1. Техника способов передвижения на лыжах

Тема 3.2. Совершение техники подъемов, спусков, поворотов торможения

Раздел 4. Спортивные игры

Тема 4.1.Баскетбол

Тема 4.2. Волейбол

Тема 4.3 Бадминтон

Раздел 5. Гимнастика

Тема 5.1.Спортивная гимнастика

Тема5.2.Ритмическая гимнастика

Тема 5.3. Атлетическая гимнастика