

Министерство образования Ставропольского края
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Кисловодский государственный многопрофильный техникум»



ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Профессия 08.01.08 «Мастер отделочных строительных работ»

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы: программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по профессии 08.01.08. «Мастер отделочных строительных работ», входящей в состав укрупненных групп и специальностей 08.00.00. Техника и технологии строительства.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина ФК.00 физическая культура входит в ОУД.00 общеобразовательные учебные дисциплины с учетом профиля получаемого образования (технический профиль).

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения раздела «Физическая культура» обучающийся должен:

уметь:

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

знать:

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

основы здорового образа жизни

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>80</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>40</i>
В том числе:	
- практических занятий	<i>40</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>40</i>
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ФК.00 «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Спортивные игры.		
Тема 1. Волейбол.	Содержание учебного материала	40
	Практические занятия	
	1 Техника безопасности. Правила игры. Перемещение, передача, подача мяча.	2
	2 Правила игры. Перемещение, передача, подача мяча.	2
	3 Нападающий удар, блокирование.	2
	4 Подача мяча в зону, прием мяча с подачи в падении.	2
	5 Подача мяча в зону (1,6,5). Прием мяча в падении.	2
	6 Подача мяча в зону (3,2). Прием мяча.	2
	7 Нападающий удар. Блокирование.	2
	8 Блокирование. Тактика нападения.	2
	9 Прием мяча в падении одной рукой. Учебная игра.	2
	10 Тактические действия. Учебная игра.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовить презентации на темы: 1. Современная физическая культура и спорт. 2. Физическая культура и личность профессионала. 3. Оздоровительные системы физического воспитания. 4. Всероссийский физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). 5. Здоровье человека, его ценность и значимость.	20
Тема 2. Баскетбол.	Содержание учебного материала	40
	Практические занятия	
	1 Техника безопасности. Правила игры. Ловля и передача мяча. Ведение мяча.	2
	2 Ловля и передача мяча с места, в движении.	2

	3	Броски в корзину с места, в прыжке.	2
	4	Броски в корзину прыжком. Учебная игра.	2
	5	Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра.	2
	6	Вырывание и выбивание. Перехват.	2
	7	Тактические действия. Отсекание от щита.	2
	8	Судейство. Учебная игра.	2
	9	Передача мяча одной рукой. Учебная игра.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовить презентации на темы: 1.Ручной мяч, правила игры. 2.Плавание, польза занятий плаванием для здоровья человека. 3.Ритмическая гимнастика. 4.Восточные единоборства. 5.Армрэнслинг.		20
	ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ		2
	Всего занятий (часов)		80

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия:

1. Спортивный зал игровой
2. Площадка игровая баскетбольная
3. Площадка игровая волейбольная

Учебно-практическое оборудование

- Скакалка гимнастическая
- Обруч гимнастический
- Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
- Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой
- Мячи баскетбольные
- Сетка для переноса и хранения мячей
- Сетка волейбольная
- Мячи волейбольные
- Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей
- Табло перекидное
- Компрессор для накачивания мячей
- Аптечка медицинская
- Дополнительный инвентарь
- Комплект шансовых инструментов для подготовки мест занятий на спортивном стадионе

3.2. Информационное обеспечение обучения:

. Основная литература:

1. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы: Учеб. для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И. Лях. – 5е изд.-М.: Просвещение, 2018-255 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.znaniy.com>

Дополнительная литература:

1. Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2017.
2. Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г. И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145ФЗ).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

3.3 Используемые активные образовательные технологии:

В соответствии с частью 1 статьи 13 Федерального закона от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» образовательная организация должна предусматривать при реализации среднего профессионального образования использование в образовательном процессе различных образовательных технологий.

Вид	Используемые	активные
-----	--------------	----------

занятия*	образовательные технологии
Л, У	Не предусмотрены
ПР	Уроки-соревнования, деловые игры ,технология контекстного обучения (разбор конкретных ситуаций, анализ конкретных задач, имитационное моделирование); индивидуальные и групповые проекты, частично-поисковая и исследовательская технологии, создание проблемной ситуации, психологические и иные тренинги.
ЛР	Не предусмотрены
СР	Работа в парах, в тройках, разыгрывание ситуаций, проектная технология

Л – лекции, У -уроки, ПР – практические занятия, ЛР - лабораторные работы, СР-самостоятельная работа.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь:	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	наблюдение за деятельностью студентов на протяжении изучения тем дисциплины; моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья;
знать:	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	анализ усвоения учебного материала дисциплины оценка качества сформированных знаний студента при проведении спортивных мероприятий
основы здорового образа жизни	моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья;

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся развитие общих компетенций.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	- демонстрация умений организовывать собственную деятельность - планирование заниматься самообразованием, повышением квалификации.	Контроль выполнения самостоятельных работ Проверка конспектов лекций
ОК3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый	-демонстрация умений профессионального и личностного развития,	Оценка качества сформированных знаний студента при

контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.		проведении устного опроса Оценка качества знаний при выполнении студентами самостоятельных работ
ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.	-демонстрация умений работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение; -демонстрация умений эффективно общаться с коллегами, руководством	Оценка демонстрируемых умений общаться с коллегами, руководством; работать в команде
ОК 7. Исполнять воинскую обязанность*, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).	- факт участия в военно-патриотических мероприятиях	оценка демонстрируемых умений,