

Министерство культуры Новосибирской области
Барабинский филиал
государственного автономного профессионального
образовательного учреждения Новосибирской области
«Новосибирский областной колледж культуры и искусств»

Рабочая программа учебной дисциплины
ОГСЭ.05 Физическая культура
по специальности
44.02.03 Педагогика дополнительного образования
(в области музыкальной деятельности)
Углубленная подготовка

Барабинск 2023

Рассмотрена на заседании
предметно-цикловой
комиссии гуманитарных и
социально-экономических
дисциплин
протокол № 6 от
14.06.2023г.

Рабочая программа по дисциплине
разработана на основе
Федерального
Государственного
образовательного стандарта по
специальности 44.02.03
Педагогика дополнительного
образования(в области
музыкальной деятельности,
утвержденного приказом
Министерства образования и
науки Российской Федерации
от27.10.2014N1388
(ред. от 17.05.2021)

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий учебной
частью
Смык Т.В.
«14»июня2023г.

Разработчик:

Трофименко Л.В. преподаватель Барабинского филиала ГАПОУ НСО
«НОККиИ»

Рецензенты (техническая и содержательная экспертиза):

Галай И.А., преподаватель кафедры педагогики Куйбышевского филиала
Новосибирского государственного педагогического университета, доцент

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалиста среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области музыкальной деятельности)

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» может быть использована в рамках реализации специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области музыкальной деятельности), а также в дополнительном профессиональном образовании при реализации программ повышения квалификации и переподготовки кадров в учреждениях СПО.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программе:

Данная учебная дисциплина входит в обязательную часть циклов ППССЗ и относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу (ОГСЭ.05).

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

В результате освоения дисциплины обучающиеся

должен уметь:

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

должен знать:

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

- основы здорового образа жизни.

В соответствии с ФГОС по специальности СПО44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области музыкальной деятельности). ОГСЭ.05 Физическая культура участвует в формировании следующих общих компетенций (ОК):

ОК 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 обучающихся (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 обучающихся (воспитанников).

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

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 344 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 172 часа;

самостоятельной работы обучающегося 172 час.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	344
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	172
в том числе:	
лабораторные работы(<i>не предусмотрены</i>)	-
практические занятия	142
контрольные работы	4
курсовая работа (проект) (<i>не предусмотрена</i>)	-
Самостоятельная работа обучающегося	172
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) (<i>не предусмотрена</i>)	-
Итоговая аттестация в форме <i>зачета</i> .	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ. 05«Физическая культура»

по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области музыкальной деятельности).

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.	Содержание учебного материала		1
	Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры. Физическая культура в духовном воспитании молодежи. Социальная роль, функции физической культуры и спорта.	8	
	Лабораторные работы (<i>не предусмотрены</i>)	-	
	Контрольные работы №1 по теме «Физическая культура личности»	2	
	Практические занятия (<i>не предусмотрены</i>)	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Работа со словарями по терминам «физическая культура», «физическая культура личности», «материальные ценности физической культуры», «духовные ценности физической культуры». Подготовка сообщений по теме «Правовые основы физической культуры и спорта», «Физические упражнения как основное средство физической культуры». Составление плана-конспекта по темам «Физическая культура личности», «Роль спортивно-массовых соревнований в социальном развитии человека»	86	
Тема 2. Основы здорового образа жизни.	Содержание учебного материала		1
	Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. Рациональное питание. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Гигиенические	18	

	средства оздоровления и управления работоспособностью. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.		
	Лабораторные работы (не предусмотрены)	-	
	Контрольные работы № 2 по теме. «Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания».	2	
	Практические занятия Физкультурно-оздоровительная деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	142	
	Самостоятельная работа обучающихся Просмотр видеозаписей по темам «Правильное питание», «Курение», «Алкоголизм», «Наркомания». Составление плана-конспекта по темам «Принцип целостности организма, его единства с окружающей средой», «Внешняя среда, ее природные и социальные факторы». Оформление презентации по теме «Роль оздоровительных систем в формировании здорового образа жизни», «Вредные привычки, их профилактика средствами физической культуры». Работа со словарями по терминам «правильное питание», «здоровье», «здоровый образ жизни».	86	
Форма итогового контроля: зачёт			
	Всего:	344	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины «Физическая культура» предполагает наличия учебного кабинета для проведения групповых занятий (спортивный зал), библиотеки, читального зала с выходом в сеть Интернет.

Оборудование учебного кабинета: рабочие места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя, доска; УМК учебной дисциплины (учебники, учебно-методические рекомендации, видеофильмы, ЭОР и т.п.), спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: компьютер, проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

1. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы : учебник для общеобразовательных организаций (базовый уровень) / В.И. Лях.- 8-е изд.- Москва : Просвещение, 2020.- 271 с.

Дополнительная литература

1. Основы здорового образа жизни в образовательной организации : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп.- Москва : Юрайт, 2020. - 137 с.

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина и др. - 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2020. - 149 с.

3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей

редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп.- Москва : Юрайт, 2020. - 322 с.

4. Бишаева А.А. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / А.А. Бишаева, В.В. Малков.- 3-е перераб. и доп.- Москва : КНОРУС, 2022.- 380 с.

Электронный ресурс

1. Болманенкова, Т.А. Основы физического воспитания : учебное пособие / Т.А. Болманенкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 236 с. : табл. – (Среднее профессиональное образование).- Текст : электронный.-Доступ из ЭБС «Университетская библиотека онлайн».

2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2018. – 420 с. – Текст : электронный.-Доступ из ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

3. Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность : учебное пособие / С.С. Коровин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 199 с. : ил., табл. – (Среднее профессиональное образование).- Текст : электронный.-Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.

4. Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Текст : электронный.-Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.

Наглядно - методический материал

1. Комплекс норм ГТО для учащихся образовательных организаций : [комплект из 8 плакатов с методическим сопровождением] / художник - оформитель Е. В. Шварц.- Волгоград: Учитель. - (Серия «Тематические плакаты»).- Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.

2. ФГОС.- 1 экз.

Нормативы по прикладной физической подготовке : учебное пособие : [плакат].-
Москва : ООО Армпресс, [?].- Цв. офсет; 42 х 60 см.- Изображение (неподвижное ;
двухмерное) : непосредственное.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Физическая культура» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, оценивания самостоятельной работы, а также на зачете.

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка контрольно-оценочных средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения:	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	экспертное наблюдение и оценка выполнения заданий на практическом занятии; проверка выполнения самостоятельной внеаудиторной работы студентов, зачет.
Усвоенные знания:	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.	проверка выполнения самостоятельной внеаудиторной работы студентов, зачет.
основы здорового образа жизни.	проверка выполнения самостоятельной внеаудиторной работы студентов, зачет.