

Министерство образования, науки и молодежной политики Нижегородской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Варнавинский технологический техникум»

Рассмотрена на ЦК специальных
дисциплин
протокол № 1
от 30.08 2018 г.



Рабочая программа

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура

Специальность 40.02.01 «Право и организация социального обеспечения» (форма обучения- заочная)

Разработчик : Алехина А.Г.
Руководитель физ. воспитания

2018 год

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности

40.02.01. «Право и организация социального обеспечения»

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.01. ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности 40.02.01 «Право и организация социального обеспечения»

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в состав общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных 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 обучающиеся должны обладать следующими общими компетенциями, включающими в себя способность :

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

ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 10. 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 6 часов.

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<i>1,2,3 курс юристы</i>		
Тема 1	Теоретическая часть	6	
	1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной деятельности. Основы здорового образа жизни.	2	**
Тема 2	2 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии. Физическая культура в профессиональной деятельности.	2	
Тема 3	3 Основы методики самостоятельных занятий. Активный и пассивный отдых как средства физической культуры.	2	

Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации)
www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»)
www.olimpic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России)
www.goup.32441.narod.ru (Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка»)
www.biblio.club.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<u>Знать:</u> Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. <u>Уметь:</u> О роли физической культуры в общекультурном профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни.	Сдача докладов, рефератов. Зачет, дифференцированный зачет