

Автономная некоммерческая профессиональная  
образовательная организация  
"Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза"

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

для специальности  
**40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования (далее СПО)

**40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Организация-разработчик: АН ПОО «Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза»

Разработчик: Бакуменко Наталья Васильевна - преподаватель АН ПОО «Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	13
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	15

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.06 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована:

- в начальном профессиональном образовании по профессии, входящей в состав укрупненной группы профессий **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**;
- в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по профессиям рабочих: юрист.

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

дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины студент должен **уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- использовать воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юноши);
- соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен **знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

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

максимальной учебной нагрузки - **244** часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки - **122** часов;  
самостоятельной работы - **122** часов.

## 2. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.06

### «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

<b>Виды учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>24</b>
<b>Обязательная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>122</b>
в том числе:	
практические занятия	122
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>122</b>
<b>Итоговая аттестация в форме: зачета (1 семестр-2ПСО<sub>2</sub>, 3 семестр-2ПСО<sub>1</sub>); дифференцированного зачета (2 семестр-2ПСО<sub>2</sub>, 4 семестр-2ПСО<sub>1</sub>), дифференцированного зачета (6 семестр-3ПСО<sub>1</sub>, 3ПСО<sub>2</sub>,)</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.06 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала, спортивной площадки.

**Оборудование:** спортивный инвентарь.

**Технические средства обучения:**

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектором.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

2. Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

**Дополнительные источники:**

1. Кайнова Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. – М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 208 с.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.06 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения:</b>	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	-сдача контрольных нормативов; -экспертная оценка практических занятий; -ведение календаря самонаблюдения.
<b>Знания:</b>	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	-Тесты; - устный опрос; - дифференцированный зачет