

**Автономная некоммерческая
профессиональная образовательная организация
«Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для специальности
40.02.03 Право и судебное администрирование

Г. Владимир

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

40.02.03 Право и судебное администрирование организация

Организация-разработчик:

Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация «Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза»

Составитель:

Михайлова Ирина Юрьевна - АН ПОО «Владимирский техникум экономики и права Владкоопсоюза»

СОДЕРЖАНИЕ

4. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
4. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04.«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины **ОГСЭ.04. «Физическая культура»** разработана на основе программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.03 Право и судебное администрирование (базовой подготовки).

Рабочая программа учебной дисциплины **ОГСЭ.04. «Физическая культура»** является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.03 Право и судебное администрирование.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально – экономический цикл и направлена на формирование общей компетенции:

ОК 10. Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

– значение физического воспитания в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

– основы здорового образа жизни.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **244 часа**, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **122 часа**;

самостоятельной работы обучающегося **122 часа**.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.5.Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	244
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	122
в том числе:	
практические занятия	120
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	122
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.6. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала и спортивного инвентаря.

1.7. Информационное обеспечение обучения

Основные источники

- 1.Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента [Текст] : Учеб.пособие для СПО / Бароненко ; соавт. Рапопорт. - 2-е изд.перераб. - М. : Инфра-М, 2013. - 336с.
2. Переверзев В.А. Физическая культура студента (Электронный ресурс) : Учебное пособие/ Е.С. Григорович (и др.); под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр.- Минск: Выш. Школа, 2014.-350с.

Дополнительные источники

1. Алексеев С.В. Спортивное право России (Электронный ресурс): учебник/С.В Алексеев под. Ред ПВ.Крашеннинникова. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.:ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2013. – 695 с.

Интернет-источники

1. <http://физическая-культура.рф/> Сайт по физической культуре
2. <http://www.fisio.ru/about.html> - сайт о физкультуре и спорте «Здоровый образ жизни»
3. <http://www.fismag.ru/> сайт журнала «Физкультура и спорт». Онлайн-чтение свежего номера

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнении обучающимися и сдачей контрольных нормативов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	- сдача контрольных нормативов -экспертная оценка выполнения практических работ
Знания:	
-значение физического воспитания в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни.	- устный опрос - дифференцированный зачет