

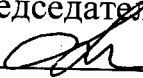
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«РОВЕНЬКОВСКИЙ ТЕХНИКО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГОУ СПО ЛНР «РТЭК»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины
ОГСЭ.04 Физическая культура

специальности 21.02.17 «Подземная разработка месторождений полезных
ископаемых»

Квалификация выпускника
Горный техник-технолог
Форма обучения очная

Рассмотрено на заседании ЦК
Общеобразовательных дисциплин
Протокол № 7 от «30» 08 2022г.
Председатель ЦК
 / А. Ш. Белокур

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования Луганской Народной Республики (ГОС СПО ЛНР) по специальности 21.02.17 Подземная разработка месторождений полезных ископаемых, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Луганской Народной Республики от 16.10.2018 г. № 937-од, зарегистрированного в Министерстве Юстиции Луганской Народной Республики 27.11.2018г. №807/2451.

Составитель: Рыбальченко А. В., преподаватель физической культуры ГОУ СПО ЛНР «Ровеньковский технико-экономический колледж».

Заместитель директора по учебной работе  / И. А. Дьяченко

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 202_ / 202_ учебный год
Протокол №___ заседания ЦК от «___» 202_ г.
Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 202_ / 202_ учебный год
Протокол №___ заседания ЦК от «___» 202_ г.
Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 202_ / 202_ учебный год
Протокол №___ заседания ЦК от «___» 202_ г.
Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 202_ / 202_ учебный год
Протокол №___ заседания ЦК от «___» 202_ г.
Председатель ЦК _____

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ....	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	17
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	20

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНО ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.04 Физическая культура

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – рабочая программа) является частью освоения программ подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) в соответствии с ГОС СПО ЛНР по специальности «Подземная разработка месторождений полезных ископаемых»

1.2. 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 и профессиональных целей;

знать:

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

- основы здорового образа жизни.

1.3. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

всего – 336 часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки студентов – 336 часов, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки студентов – 168 часов;

самостоятельной работы студентов – 168 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения рабочей программы учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура является овладение обучающимся видом деятельности, в том числе профессиональными(ПК) и общими (ОК) компетенциями в соответствии с ГОС СПО ЛНР по специальности «Подземная разработка месторождений полезных ископаемых».

Код (согласно ГОС СПО ЛНР)	Наименование результата освоения
ОК.2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК.3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК.6	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК.10	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Тематический план учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов, тем	Всего часов	Объем времени, отведенный на освоение учебной дисциплины				
		Обязательная аудиторная учебная нагрузка студентов			Самостоятельная работа студентов	
		Всего часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов
1	2	3	4	5	6	7
Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовки обучающихся среднего профессионального образования	4	2	2		2	
Раздел 2 Легкая атлетика	26	12	10		14	
Раздел 3 Гимнастика	24	12	10		12	
Раздел №4 Волейбол	26	14	12		12	
Раздел №5 Баскетбол	24	12	10		12	
Раздел №6 Профессионоально-прикладная физическая подготовка	24	10	10		14	
Раздел 7. Основы физической культуры	14	8	6		6	
Раздел 8. Легкая атлетика	24	12	10		12	
Раздел 9. Гимнастика	24	10	10		14	
Раздел №10. Волейбол	28	14	12		14	
Раздел №11 Баскетбол	28	14	12		14	
Раздел №12 Настольный теннис	26	12	12		14	
Раздел №13 Футбол	28	14	12		14	
Раздел №14 Профессионоально-прикладная физическая подготовка.	26	12	12		14	
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет	10	10				
Всего часов:	336	168	148		168	

3.2. Содержание обучения по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов, тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа студентов	Объем часов
1	2	3
1 семестр		
Раздел 1		
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся среднего профессионального образования		4
Тема № 1 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здорового образа жизни	Содержание учебного материала: Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.	2
	Самостоятельная работа: Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	2
		26
Раздел 2		
Легкая атлетика		
Тема № 2 История возникновения легкой атлетики	Содержание учебного материала: Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. История возникновения легкой атлетики. Виды легкой атлетики.	2
	Самостоятельная работа: Правила соревнований по легкой атлетике.	2
	Практическое занятие №1. Техника бега на короткие и средние дистанции.	2
	Самостоятельная работа: Комплекс специальных беговых упражнений	2
	Практическое занятие №2. Техника высокого, низкого старта, финиширования.	2
	Самостоятельная работа: Здоровье человека, как ценность и факторы его определяющие	2
	Практическое занятие №3. Эстафетный бег 4/100 м. Челночный бег.	2
	Самостоятельная работа: Оздоровительные виды физических упражнений.	2
	Практическое занятие №4. Прыжки в длину с места. Толчок, фаза полета.	2
	Самостоятельная работа: Составить разминку соответствующую избранному виду спорта.	2
	Практическое занятие №5. Тройной прыжок.	2

	Самостоятельная работа: Характеристика одного из оздоровительных видов физических упражнений. Классификация оздоровительных видов.	4
	Раздел 3 Гимнастика	24
Тема № 3 Спортивная аэробика	Содержание учебного материала: Техника безопасности при занятиях спортивной аэробикой. Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений для укрепления всех групп мышц.	2
	Самостоятельная работа: Самоконтроль при занятиях оздоровительной физической культурой.	2
	Практическое занятие №6 Комплекс упражнений с профессиональной направленностью. Развитие гибкости. Комплекс упражнений с гантелями и набивными мячами.	2
	Самостоятельная работа: Составить комплекс общеразвивающих упражнений (в парах).	2
	Практическое занятие №7 Круговая тренировка для развития силы. Повышения уровня общефизической подготовки.	2
	Самостоятельная работа: Оздоровительное и прикладное значение выбранных систем физических упражнений.	2
	Практическое занятие №8 Стойки, равновесия. Кувырок вперед, назад. Упражнения для развития гибкости.	2
	Самостоятельная работа: Профессионально-прикладная физическая подготовка.	2
	Практическое занятие №9 Стойка на лопатках. Стойка на голове.	2
	Самостоятельная работа: Спортивная аэробика	2
	Практическое занятие №10 Комбинация из спортивно - гимнастических и акробатических элементов. Комплекс ОРУ с гантелями.	2
	Самостоятельная работа: Формы самостоятельных занятий по физической культуре.	2
Дифференцированный зачет		2
	2 семестр	
	Раздел №4 Волейбол	26
Тема № 4 История возникновения игры волейбол. Правила игры	Содержание учебного материала: Техника безопасности на уроках при занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол. Правила игры.	2
	Самостоятельная работа: Разметка волейбольной площадки.	2
	Практическое занятие № 11 Стойки, перемещение волейболиста. Упражнения для развития	2

Тема № 5 История возникновения и развития игры баскетбол	скоростных качеств.		
	<i>Самостоятельная работа:</i> История развития игры волейбол.		2
	Практическое занятие №12 Техника передачи мяча сверху. Передачи мяча снизу двумя руками, сбоку одной.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Техника передач в волейболе.		2
	Практическое занятие №13 Прием и передачи мяча в парах и тройках. Техника передачи и приема мяча на месте и после перемещения.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Меры по предупреждению травматизма во время занятий физической культурой.		2
	Практическое занятие №14 Нижняя подача и прием после нее. Верхняя прямая подача. Двухсторонняя игра.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разработайте комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).		2
	Практическое занятие №15 Нападающий удар с блокированием. Двухсторонняя игра с практикой судейства.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разновидности волейбола.		2
	Практическое занятие №16 Подача мяча по зонам. Прием мяча после подачи. Двухсторонняя игра.		2
	Раздел №5 Баскетбол		24
	Содержание учебного материала: Техника безопасности на уроках при занятиях баскетболом. Правила игры баскетбол. История возникновения и развития.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.		2
	Практическое занятие №17 Техника безопасности на уроках при занятиях баскетболом. Правила игры. Судейство.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить разминку соответствующую избранному виду спорта (баскетбол).		2
	Практическое занятие №18 Ведение мяча в различной стойке баскетболиста. Ведение мяча с изменением направления. Передача и ловля мяча в парах.		2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Совершенствование техники передвижения в баскетболе.		2
	Практическое занятие №19 Обучение технике броска в корзину. Штрафной бросок. Комплекс ОРУ с гантелями.		2

	<i>Самостоятельная работа:</i> Разминка на тренировке и перед игрой.	2
	Практическое занятие №20 Техника передач, бросков в корзину, подбор мяча. Двойной шаг. Броски мяча в корзину сбоку от щита.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Показание и протиполоказание при занятиях физической культурой.	2
	Практическое занятие №21 Вырывание и выбивание мяча. Комплекс упражнений для развития координации движений. Учебная игра.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Спортивная медицина и гигиена. Утренняя зарядка.	2
Раздел №6		24
Профессионально-прикладная физическая подготовка		
Тема № 6 Профессионально-прикладная физическая подготовка	Практическое занятие №22 Техника безопасности на уроках ИПФП. Комплекс упражнений для укрепления всех мышц организма	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Оздоровительное и прикладное значение выбранных систем физических упражнений.	2
	Практическое занятие №23 Ритмическая гимнастика. Комплекс упражнений с профессиональной направленностью.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Оздоровительно - прикладное значение туризма. Виды туризма.	4
	Практическое занятие №24 Круговая тренировка для развития основных мышечных групп и двигательных качеств	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Самоконтроль при занятиях оздоровительной физической культурой.	2
	Практическое занятие №25 Дыхательная гимнастика по методики Стрельниковой. Комплекс упражнений для коррекции нарушений осанки.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Возможности использования средств физической культуры в профессиональной деятельности.	2
	Практическое занятие №26 Комплекс упражнений для профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Основы методики организации занятий физическими упражнениями для предупреждения утомления, повышения работоспособности и ускорения ее восстановления при различных видах и формах труда.	4
Дифференцированный зачет		2

3 семестр

Раздел 7.

Основы физической культуры

Тема №7 Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.	Содержание учебного материала: Инструктаж по ТБ и БЖД. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самостоятельная работа: Разработать комплекс ОРУ.	14
	Практическое занятие №27 Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, массаж. Самостоятельная работа: Особенности будущей профессиональной деятельности, требования к функциональному состоянию организма будущего специалиста. Практическое занятие №28 Оздоровительная ходьба. Оздоровительный бег Самостоятельная работа: Укрепление здоровья. Практическое занятие №29 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.	2 2 2 2
	Раздел 8. Легкая атлетика	24
Тема № 8 Бег на короткие дистанции. Разновидности прыжков.	Содержание учебного материала: Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Бег на короткие дистанции. Разновидности прыжков. Самостоятельная работа: Техника выполнения нормативов: подтягивание; поднимание туловища из положения лежа на спине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Практическое занятие №30 Развитие скоростно-силовых способностей, волевых качеств. Бег на короткие дистанции Самостоятельная работа: Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Практическое занятие №31 Техника спринтерского бега по дистанции. Эстафетный бег. Самостоятельная работа: Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Практическое занятие №32 Низкий старт. Челночный бег. Техника бега на финише. Самостоятельная работа: Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста. Практическое занятие №33 Прыжок в длину с места. Подбор разбега. Самостоятельная работа: Составить разминку соответствующую избранному виду спорта.	2 4 2 2 2 2 2 2

Практическое занятие №34 Прыжки в высоту способом «перешагивания».		2
Раздел 9. Гимнастика		24
Тема № 9 Гимнастика. Развитие координационных способностей	Практическое занятие №35 Комплекс упражнений для укрепления всех групп мышц. Развитие координационных способностей.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Упражнения на координацию движений	2
	Практическое занятие №36 Круговая тренировка для развития силы. Повышения уровня общефизической подготовки	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Комплекс упражнений для мышц брюшного пресса.	2
	Практическое занятие №37 Кувырок вперёд, назад. Упражнения для развития гибкости.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составление комплекса упражнений для мышц плечевого пояса, туловища.	2
	Практическое занятие №38 «Мост» из разных положений. Комплекс ОРУ с гантелями. Связка акробатических элементов.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.	2
	Практическое занятие №39 Стойки, равновесия. Кувырок вперед, перевороты	2
Дифференцированный зачет	<i>Самостоятельная работа:</i> Гигиеничные основы избранных систем физических упражнений.	4
		2
4 семестр		
Раздел №10. Волейбол		28
Тема № 10 Волейбол. Нападающий удар. Блокирования мяча	Содержание учебного материала: Техника безопасности при занятиях волейболом. Нападающий удар и блокировка мяча.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Правила игры волейбол. Судейство	2
	Практическое занятие №40 Основные стойки и перемещение волейболиста. Верхняя передача мяча.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Меры по предупреждению травматизма во время занятий физической культурой.	2
	Практическое занятие №41 Передачи мяча через зону. Передачи в прыжке.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разметка волейбольной площадки.	2

	Практическое занятие №42 Совершенствование и учет выполнения технических приемов волейбола.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Пляжный волейбол.	2
	Практическое занятие №43 Совершенствование техники нападающего удара. Техника блокирования нападающих ударов. Страховка.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> История возникновения и развития игры волейбол.	2
	Практическое занятие №44 Одиночное блокирование и нападающий удар с переводом влево/вправо	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.	2
	Практическое занятие №45 Совершенствование индивидуальных действий в нападение и защите.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разработайте комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).	2
	Раздел №11 Баскетбол	28
	Тема № 11 Технические приемы в баскетболе	
	Содержание учебного материала: Правила игры. Судейство. Совершенствование техники передвижения в баскетболе.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Правила игры баскетбол. Судейство	2
	Практическое занятие №46 Ведение мяча в различной стойке баскетболиста. Ведение мяча с изменением направления.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разминка на тренировке и перед игрой.	2
	Практическое занятие №47 Обводка соперника с изменением скорости и направления движения.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разметка баскетбольной площадки.	2
	Практическое занятие №48 Бросок мяча в корзину с различных дистанций с места и в движении.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Стритбол. Правила игры.	2
	Практическое занятие №49 Совершенствование ведения мяча, бросок мяча после двух шагов.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Методы современных спортивных тренировок.	2
	Практическое занятие №50 Вырывание и выбивание мяча. Комплекс упражнений для развития координации движений. Учебная игра.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс общеразвивающих упражнений (на координацию движения).	2

	Практическое занятие №51 Техника защиты - перекнат, приёмы применимые против броска, накрывание.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить и выполнить комплекс упражнений для развития гибкости в спортивных играх	2
	Раздел №12 Настольный теннис	26
Тема № 12 Настольный теннис	Практическое занятие №52 Техника безопасности на уроках физической культуры. Определение возможностей и способностей обучающихся; изучения основ настольного тенниса как вида спорта	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разминка на тренировке и перед игрой.	2
	Практическое занятие №53 Способы держания ракетки, разновидности хвата. Стойка	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Правила игры в настольный теннис.	2
	Практическое занятие №54 Удары по мячу накатом. Поддачи: короткие и длинные	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Основы методики построения самостоятельных занятий избранными системами физических упражнений.	2
	Практическое занятие №55 Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разновидности тенниса.	2
	Практическое занятие №56 Основные тактические комбинации. При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Основы методики организации рационального питания.	2
Дифференцированный зачет	Практическое занятие №57 Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученная «свеча» в броске.	2
	<i>Самостоятельная работа:</i> Двигательный режим и правила техники безопасности во время занятий физическими упражнениями	2
		2
5 семестр		
	Раздел №13. Футбол	28
Тема № 13 История возникновения и	Содержание учебного материала: История возникновения и развития футбола. Правила игры. Судейство.	2

развития футбола	Самостоятельная работа: Разметка футбольного поля.		2
	Практическое занятие №58 Специально-беговые упражнения. Ведения мяча. Остановка и передача мяча		2
	Самостоятельная работа: История возникновения футбола. Разновидности игры.		2
	Практическое занятие №59 Удары по мячу щеточкой, подъемом. Остановка мяча и прием мяча бедром, грудью.		2
	Самостоятельная работа: История участия отечественных клубов в чемпионатах и кубках		2
	Практическое занятие №60 Финты. Техника игры головой.		2
	Самостоятельная работа: История возникновения футбольного мяча. Интересные факты о футбольном мяче.		2
	Практическое занятие №61 Индивидуальные действия в нападении и защите		2
	Самостоятельная работа: Отличия футбола от мини-футбола(футзала)		2
	Практическое занятие №62 Жонглирование мяча. Учебная игра.		2
	Самостоятельная работа: Футбольный фристайл		2
	Практическое занятие №63 Подготовка вратаря. Специально-беговые упражнения		2
	Самостоятельная работа: Подготовить сообщение об известном российском или советском футболисте		2
Раздел №14			26
Тема № 14 Профессионально-прикладная физическая подготовка	Профессионально-прикладная физическая подготовка.		
	Практическое занятие №64 Комплекс упражнений для профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата		2
	Самостоятельная работа: Профессионально-прикладная физическая подготовка.		2
	Практическое занятие №65 Упражнения для коррекции фигуры под музыкальное сопровождение. Прыжки со скакалкой.		2
	Самостоятельная работа: Методы современных спортивных тренировок.		2
	Практическое занятие №66 Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.		2
	Самостоятельная работа: Особенности будущей профессиональной деятельности. Возможности использования средств физической культуры в профессиональной деятельности.		2
	Практическое занятие №67 Составление и проведение комплексов упражнений на расслабление		2
	Самостоятельная работа: Меры по предупреждению травматизма во время занятий физической		2

	культурой.		
	Практическое занятие №68	Комплекс упражнений для укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	2
	Самостоятельная работа:	Самоконтроль при занятиях оздоровительной физической культурой.	2
	Практическое занятие №69	Стретчинг.	2
	Самостоятельная работа:	Методика использования температурных раздражителей как средства повышения и восстановления работоспособности	2
	Дифференцированный зачет		2
Всего:			336

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура предполагает наличие **спортивного зала**.

Подготовка внеаудиторной работы должна обеспечиваться доступом каждого обучающегося к базам данных и библиотечным фондам. Во время самостоятельной подготовки, обучающиеся должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Оборудование спортивного зала:

- волейбольная сетка;
- гимнастические скамейки;
- баскетбольные щиты и кольца
- футбольные ворота;
- столы для настольного тенниса;
- волейбольные мячи;
- футбольные мячи;
- баскетбольные мячи;
- скакалки;
- тренажер для общего развития.

Технические средства обучения:

- магнитофон
- компьютер с лицензионным программным обеспечением.

4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности

Освоение обучающимися учебной дисциплины может проходить в условиях созданной образовательной среды в образовательной организации (учреждении).

Преподавание учебной дисциплины направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности студентов, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Изучение таких дисциплин: ОП.10 БЖД, ОП.09 Охрана труда изучаются параллельно.

Теоретические и практические занятия должны проводиться в спортивном зале согласно Государственного образовательного стандарта среднего общего образования Луганской Народной Республики.

Текущий и промежуточный контроль обучения складывается из следующих компонентов:

текущий контроль: оценка результатов выполнения комплексов упражнений, самостоятельной работы, результатов тестирования физической подготовленности студентов по видам спорта, сдача контрольных нормативов.

промежуточный контроль: дифференцированный зачет.

4.3. Кадровое обеспечение образовательной деятельности

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППССЗ по специальности 21.02.17 «Подземная разработка месторождений полезных ископаемых» должны обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой учебной дисциплины. Преподаватели получают дополнительное образование по программам повышения квалификации не реже одного раза в 5 лет

4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов.- Самара: СГПУ, 2004. – 112с.

2. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильина. – М.: Гардарики, 2004. – 448с.

3. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008. – 700с.

4. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильина. – М.: Гардарики, 2004. – 448с.

Дополнительные источники:

1. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры. — М., 2005.

2. А.А. Бишаева «Физическая культура» Учебник для НПО и СПО. Серия: Начальное и среднее профессиональное образование. Издательство: Academia. 2010.

3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учеб. пособия для студентов СПО. — М., 2005.

Интернет – ресурсы:

1. Электронный учебник. Физическая культура. - [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://lb.sportedu.ru/press/tpfk>

2. Учебник и практикум для СПО - [Электронный ресурс] – Режим доступа:
<http://www.shkola-press.ru>

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура осуществляется преподавателем при проведении лекционных занятий, практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельных, индивидуальных занятий.

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки
Знать: - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни Уметь: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, самостоятельной работы, результатов тестирования физической подготовленности обучающихся по видам спорта, сообщений по заданным темам, сдача контрольных нормативов.

Пронумеровано и прошнуровано 80 (листов)

Заместитель директора по УР *Сидоренко* /И. А. Дьяченко

« 02 »

08

2014