**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

**ОУД.05 Физическая культура**

1. **Область применения рабочей программы:**

ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (ред. от 29.06.2017);

Рекомендаций по организации получения среднего общего образования пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой профессии или специальности СПО (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) (с уточнениями, одобренными НМС Центра профессионального образования и систем квалификаций ФРАУ «ФИРО» Протокол №3 от 25.05.2017г);

Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций (рекомендовано ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, Протокол №3 от 21.07.2015г.), а в т о р —А. А. Бишаева, профессор кафедры физического воспитания Костромского государственного университета им. Н.А.Некрасова, доктор педагогических наук, профессор;

Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования: **35.02.07. «Механизация сельского хозяйства»**

**2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ОПОП СПО дисциплина «Физическая культура» входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

**3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины**

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

* **личностных:**
* Л1 - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному
* самоопределению;
* Л2 - сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
* Л3 - потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
* Л4 – приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
* Л5 – формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок,
* системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
* Л6 – готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
* Л7 - способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
* Л8 – способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
* Л9 – формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
* Л10 - принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
* Л11 – умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
* Л12 - патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
* Л13 – готовность к служению Отечеству, его защите;
* **метапредметных:**
* М1 - способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
* М2 - готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
* М3 - освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
* М4 - готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;
* М5 - формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
* М6 - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;
* **предметных:**
* владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
* умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N1645)
* владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья,
* поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
* владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
* владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
* владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;
* для слепых и слабовидящих обучающихся:
* сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;
* сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни; (пп. 6 введен Приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 N 1578)
* **для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:**
* овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики и предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;
* овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
* овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной
* и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
* овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. (пп. 7 введен Приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 N 1578)

1. **Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины**:

Максимальная учебная нагрузка – 175 час, в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка - 117 часов; самостоятельная работа - 58 часов.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | 175 |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | 117 |
| в том числе: |  |
| теоретические занятия | 15 |
| практические занятия | 102 |
| контрольные работы |  |
| курсовая работа (*если предусмотрено)* |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | 58 |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета. |  |

**Содержание учебного материала:**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Введение |
| 2 | Тема 1.1. Техника беговых упражнений |
|  | Тема 1.2. Эстафетный бег |
|  | Тема 1.3. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции |
|  | Тема 1.4. Совершенствование техники прыжка в длину с места, прыжков в высоту |
|  | Тема 1.5. Метание гранаты |
| 3 | Тема 2.1. Общеразвивающие упражнения без предметов |
|  | Тема 2.2. Освоение техники ОРУ с предметами |
|  | Тема 2.3. Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний |
| 4 | Тема 3.1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала |
| 5 | Тема 4.1. Волейбол |
|  | Тема 4.2. Баскетбол |
| 6 | Тема 5.1. Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями |
| 7 | Тема 6.1. Классический лыжный ход |
| 8 | Тема 7.1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах |
| 9 | Тема 8.1. Оздоровительные и профилированные методы в профессиональной деятельности специалиста |
| 10 | Тема 9.1. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом |
| 11 | Тема 10.1. Средства физической культуры в регулировании работоспособности |