**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Грозненский государственный нефтяной технический университет имени академика М.Д. Миллионщикова**

**УТВЕРЖДАЮ**
**Первый проректор**
**И.Г. Гайрабеков**
**«___» _____ 2021г.**

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД. 06 «Физическая культура»

**Специальность**

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

**Квалификация**

Бухгалтер

Грозный – 2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

2. Паспорт рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

3. Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины

4. Условия реализации общеобразовательной учебной дисциплины

5. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»;
- Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).
- Примерная программа общеобразовательной учебной дисциплины «Математика: алгебра и начала математического анализа; геометрия» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованная ФГАУ «ФИРО» от 21.07.2015 № 3.

Программа общеобразовательной учебной дисциплина «Математика» предназначена для изучения математики на факультете профессионального среднего образования, реализующего образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной образовательной программы СПО (ООП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Содержание программы «Математика» направлено на достижение следующих **целей:**

- обеспечение сформированности представлений о социальных, культурных и исторических факторах становления математики;
- обеспечение сформированности логического, алгоритмического и математического мышления;
- обеспечение сформированности умений применять полученные знания при решении различных задач;

– обеспечение сформированности представлений о математике как части общечеловеческой культуры, универсальном языке науки, позволяющем описывать и изучать реальные процессы и явления.

## 2. Паспорт рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

Физическая культура

***2.1. Область применения рабочей программы.*** Рабочая программа дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (профессии) СПО 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

***2.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**:* дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

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

**личностных:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- 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;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- 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;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

– способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
– способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
– 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;
– принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
– умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
– готовность к служению Отечеству, его защите;

**метапредметных:**
– способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
– готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
– освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
– 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;

– формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
– 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:**
– способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
– готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
– освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
– 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;
– формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
– 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.

**Задачи дисциплины:**

–понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

−знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

−формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

−овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

−обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

−приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

***2.4. Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины:***

ОФО: максимальная учебная нагрузка _120_ часов(а),
в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка __120__часов(а);
- самостоятельная работа обучающегося __-___ часов(а).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет 2 семестр

ЗФО*:* максимальная учебная нагрузка _**120**_ часов(а),

в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка 12 часов(а);
- самостоятельная работа обучающегося 108 часов(а).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет 2семестр

## 3. Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины

### *3.1. Объем общеобразовательной учебной дисциплины и виды учебной работы*

| **Вид учебной работы** | **Объем часов** | |
|---|---|---|
| | **ОФО** | **ЗФО** |
| **Объем образовательной программы** | **117** | **117** |
| в том числе: | | |
| Лекционные занятия | - | |
| Практические занятия | 117 | 12 |
| ***Самостоятельная работа*** | - | **105** |
| **Промежуточная аттестация** | диф. зачет | диф. зачет |

## *3.2. Тематический план и содержание общеобразовательной учебной дисциплины*

| Наименование тем | Содержание учебного материала, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов |
|---|---|---|
| **1 семестр** | | |
| **Тема 1. Общефизическая подготовка** | ***Практические занятия*** | |
| | 1. Изучение общеразвивающих комплексов упражнений, комплексов упражнений на развитие физических качеств: гибкости, координации, выносливости, силы; | 6 |
| | 2. Упражнения со штангой | 4 |
| | 3. Подтягивание на перекладине | 4 |
| | 4. Отжимание от пола | 4 |
| | 5. Изучение комплексов упражнений, направленных на повышение уровня специальной физической подготовки | 4 |
| **Тема 2. Футбол** | ***Практические занятия*** | |
| | 1. Изучение техники игры: ведение мяча, удары по мячу ногой, головой, финты; | 6 |
| | 2. Изучение технического действия игроков в линиях и в звеньях; | 6 |
| | 3. Изучение взаимодействий в двухсторонних играх; | 6 |
| | 4. Товарищеские игры; | 6 |
| | 5. Развитие специальных физических качеств | 5 |
| **2 семестр** | | |
| **Тема 3. Баскетбол** | ***Практические занятия*** | |
| | 1. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты бросков мяча после ведения. Броски мяча в движении одной рукой от плеча. Учебная игра. | 4 |
| | 2. Ловля и передача мяча на время. | 4 |

| | | |
|---|---|---|
| | 3. Броски по кольцу на время. | 4 |
| | 4. Броски по кольцу после ведения. | 4 |
| | 5. Тренировочные игры. | 5 |
| **Тема 4. Волейбол** | ***Практические занятия*** | |
| | 1. Прием и передача мяча сверху, снизу. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Прием после нападающего удара. Учебная игра. | 4 |
| | 2. Прием мяча сверху. | 4 |
| | 3. Прием мяча снизу. | 4 |
| | 4. Подача мяча на точность (по зонам). | 4 |
| | 5. Прямой нападающий удар. | 4 |
| | 6. Тренировочные игры. | 6 |
| **Тема 5. Легкая атлетика** | ***Практические занятия*** | |
| | 1. Изучение бега на короткие дистанции (60,100 м) | 4 |
| | 2. Изучение контрольного бега в условиях соревнований | 4 |
| | 3. Эстафета 4х100, Прыжки в длину: с места, с разбега | 4 |
| | 4. Бег на средние дистанции (2000м, 3000м) | 4 |
| | **5.** Контрольный бег в условиях соревнований | 4 |
| | 6. Развитие специальных физических упражнений | 2 |

**4. Условия реализации программы общеобразовательной учебной дисциплины** ОУД 06 Физическая культура

***4.1. Требования к материально-техническому обеспечению***

Для реализации программы дисциплины «Физическая культура» имеются:

Крытые спортивные сооружения:

1. Спортивный игровой зал (I корпус)

*Дополнительные помещения:*

- тренерская;
- мужская и женская раздевалка с душевыми;
- преподавательская.

2. Зал борьбы (III корпус)

*Дополнительные помещения:*

- склад спортинвентаря;
- мужская и женская раздевалка с душевыми.

*Оборудование и технические средства спортивного зала*: мячи, волейбольные, баскетбольные, скакалки, обручи, шведская лестница, гимнастические маты, гантели, гири, секундомер.

***4.2. Информационное обеспечение обучения***

1. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476634

2. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471782

3. Боярская Л.А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Боярская Л.А.. — Саратов:

Профобразование, 2021. — 113 c. — ISBN 978-5-4488-1118-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/104906.html
4. Тулякова О.В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте: учебное пособие / Тулякова О.В.. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 c. — ISBN 978-5-4497-0494-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/93804.html
5. Крамской С.И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования: учебное пособие / Крамской С.И., Егоров Д.Е., Амельченко И.А.. — Белгород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020. — 148 c. — ISBN 978-5-361-00782-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/106205.html
6. Токарь Е.В. Лечебная физическая культура: учебное пособие для СПО / Токарь Е.В.. — Саратов: Профобразование, 2021. — 76 c. — ISBN 978-5-4488-1142-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/105144.html
7. Фетисова С.Л. Волейбол: учебное пособие / Фетисова С.Л., Фокин А.М., Лобанов Ю.Я.. — Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2018. — 96 c. — ISBN 978-5-8064-2572-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/98592.html
8. Сапожникова О.В. Фитнес: учебное пособие для СПО / Сапожникова О.В.. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 141 c. — ISBN 978-5-4488-0493-9, 978-5-7996-2855-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/87895.html

## 5. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины

| *Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)* | *Критерии оценки* | *Методы оценки* |
|---|---|---|
| - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.<br><br>- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека<br><br>- основы здорового образа жизни | – оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, задание выполняет точно в соответствии с контрольными нормативами для оценки уровня физической подготовленности;<br>– оценка **«хорошо»** выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, не допускает существенные неточности, задание выполняет не совсем<br>– точно в соответствии с контрольными нормативами для оценки уровня физической подготовленности;<br>– оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, допускает неточности, испытывает затруднения, задание выполняет не точно, в соответствии с контрольными нормативами для оценки уровня физической подготовленности студентов;<br>– оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся, если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет задание или не справляется с ним самостоятельно в соответствии с контрольными нормативами для оценки уровня физической подготовленности студентов. | Оценка результатов выполнения комплексов упражнений;<br>оценка результатов тестирования физической подготовленности по видам спорта;<br>оценка выполнения практического задания;<br>оценка комплекса общеразвивающих упражнений;<br>оценка выполнения нормативов. |

**Разработчик:**
Преподаватель ФСПО _____ /М.Дубаев/
(подпись)

**Согласовано:**

Председатель ПЦК Строительство и эксплуатация зданий и сооружений, Пожарная безопасность _____ /Ш.А. Мусостов/
(подпись)

Зам. декана по УМР ФСПО _____ /М.И. Дагаев/
(подпись)

Директор ДУМР _____ /М.А. Магомаева/
(подпись)