Комитет образования и науки Курской области
Областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Курский автотехнический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по ООД
_____/Ю.И.Угримова/
«_28_» августа 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

общеобразовательного учебного предмета

Физическая культура

по профессии

20.01.01 Пожарный

Курск, 2015

Одобрена цикловой комиссией
дисциплин физической культуры и ОБЖ
Протокол №1
от «28» августа 2015 г.

Председатель цикловой комиссии

_____/М.В.Степанова /

Разработана на основе ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. №413, примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО»
Протокол №3 от 21 июля 2015 г.

Составитель (автор): Степанова М.В., преподаватель

Аннотация к рабочей программе общеобразовательного учебного предмета
Физическая культура
(наименование предмета)
по профессии20.01.01 Пожарный.

1. **Место учебного предмета в структуре ППКРС**

Общеобразовательный учебный предмет входит в общеобразовательный учебный цикл

2. **Цели и задачи общеобразовательного учебного предмета – требования к результатам освоения предмета:**

Освоение содержания общеобразовательного учебного предмета 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 продуктивнообщаться 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*:**

-умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
-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, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

3. Структура и содержание общеобразовательного учебного предмета

Раздел 1. Введение
Раздел 2. Лыжная подготовка
Раздел 3. Гимнастика
Раздел 4. Легкая атлетика
Раздел 5. Баскетбол
Раздел 6. Настольный теннис

4. Методы и формы обучения*:*

— практическое занятие;
— самостоятельная работа;
— консультация.

5. Формы контроля*:*

Текущий контроль:
— практическая работа;
— самостоятельная работа;
— реферат;
— доклад;
— тестирование;

Промежуточная аттестация –зачет в 1, 2, 3семестре, дифференцированный зачетв 4 семестре.

6. Общая трудоемкость общеобразовательного учебного предмета:

Максимальная учебная нагрузка 321часов.
Обязательная аудиторная учебная нагрузка – 214 часов (в том числе - 214 часов практических занятий.
Внеаудиторная самостоятельная работа –107 часов.