

РОСЖЕЛДОР
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Ростовский государственный университет путей сообщений»
(ФГБОУ ВО РГУПС)
Филиал РГУПС в г.Туапсе

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ 01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

**23.02.04 Техническая эксплуатация подъёмно-транспортных,
строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям)**

2016 г.

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

Филиала РГУПС в г.Туапсе

Д.М.Вердиев

« 1 » сентября 2016 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основе Федерального образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 23.02.04 Техническая эксплуатация подъёмно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 386 от 22.04.2014.

Организация-разработчик: филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ростовский государственный университет путей сообщения» в г. Туапсе (филиал РГУПС в г. Туапсе).

Разработчик:

Васичкина Е.П - преподаватель филиала РГУПС в г. Туапсе

Рассмотрено на заседании предметно цикловой комиссии

«Общеобразовательные, гуманитарные и экономические дисциплины»

Протокол № 1 от « 1 » сентября 2016 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для организации занятий по физической культуре в учреждениях среднего профессионального образования технического профиля, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных специалистов среднего звена.

Программа может использоваться другими образовательными учреждениями, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина входит в цикл Рассмотрено на заседании предметно цикловой комиссии «Общеобразовательные, гуманитарные и экономические дисциплины».

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

В результате изучения учебной дисциплины «Физическая культура» 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.

В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен обладать следующими основными компетенциями:

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 команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 336 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 168 часов;
самостоятельной работы обучающегося 168 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	336
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	168
в том числе:	
практические занятия	158
лекции	10
Контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	168
в том числе:	
- работа с источниками информации	42
- ведение личного дневника самоконтроля	80
- составление и проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности	30
- освоение отдельных элементов профессионально - прикладной подготовки	16
Итоговая аттестация в форме зачёта и дифференцированного зачета	