

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ОХТИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Рассмотрено и принято**  
на заседании Педагогического Совета  
Санкт-Петербургского  
государственного бюджетного  
профессионального образовательного учреждения  
«Охтинский колледж»  
Протокол № 2 от 19 марта 2015 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Председатель Педагогического Совета:  
СПб ГБ ПОУ «Охтинский колледж»  
Директор Красно / И.И. Красновская/  
08 апреля 2015 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**по специальности: 43.02.02 Парикмахерское искусство  
(базовая подготовка)**

на базе основного общего образования

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ  
2015**

Рабочая программа учебной дисциплины **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА** разработана по основной профессиональной образовательной программе специальности среднего профессионального образования (далее СПО), входящей в состав укрупнённой группы специальностей 43.00.00 Сервис и туризм:

**43.02.02 Парикмахерское искусство (базовая подготовка)**

**Организация – разработчик:**

СПб ГБ ПОУ «Охтинский колледж»

**Разработчики:**

руководитель физ. воспитания ***В.Н. Николаева***

преподаватель ***Т.П. Головина***

*Рассмотрена и одобрена на заседании Методической комиссии 11 декабря 2014 года*

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	17

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Физическая культура**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура», рекомендуемая для освоения студентами, отнесенными по результатам медицинского осмотра к основной медицинской и подготовительной медицинской группам, является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.02 Парикмахерское искусство, утвержденным приказом Минобрнауки России от 07.05.2014 № 466 и предназначена для реализации ФГОС СПО по специальности 43.02.02 – Парикмахерское искусство (базовая подготовка).

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

Дисциплина относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу (ОГСЭ) основной профессиональной образовательной программы.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *знать*:

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

- основы здорового образа жизни.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

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 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

**1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» составляет:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося – 220 часов,

в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка - 110 часов;

- самостоятельная работа обучающегося – 110 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объём часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>220</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>110</b>
в том числе:	
практические занятия	104
зачет	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>110</b>
в том числе:	
самостоятельная учебная нагрузка, включая игровые виды подготовки (за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях)	110
<b><i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i></b>	