

Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Читинский педагогический колледж»

**АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ  
УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН  
П.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УЧЕБНЫЙ ЦИКЛ  
ОП.00 ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
СПЕЦИАЛЬНОСТИ 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

# ПЕДАГОГИКА

## 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины предназначена для использования при реализации ОПОП по специальности 49.02.01 «Физическая культура»

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

Профессиональный цикл – общепрофессиональные дисциплины

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

оценивать постановку педагогических цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;

анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления; находить и анализировать информацию, необходимую для решения

профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его

развития и направлениях реформирования;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития; значение и логику целеполагания в обучении, воспитании и педагогической

деятельности; принципы обучения и воспитания;

особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов ОУ на различных ступенях образования;

формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;

психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания;

педагогические условия предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации;

понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом,

интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику; особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения; средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 147 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 30 часов; самостоятельной работы обучающегося 117 часов.

# ПСИХОЛОГИЯ

## 1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** Учебная дисциплина ОП 06. Психология относится к профессиональному циклу (общепрофессиональные дисциплины).

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
- основы психологии личности;
- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;
- групповую динамику;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
- основы психологии творчества;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;
- влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды);
- основы психологии тренировочного процесса;
- основы спортивной психодиагностики.

**1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 99 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 26 часа, самостоятельной работы обучающегося 73 часа.

## **АНАТОМИЯ**

**1.1. Область применения программы.** Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** «Анатомия» принадлежит к общепрофессиональным дисциплинам.

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

В результате усвоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма человека;
- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом.

В результате усвоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;
- основные закономерности роста и развития организма человека;
- возрастную морфологию, анатомио-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
- анатомио-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; - динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков; основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 99 часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 14 часов, самостоятельной работы обучающегося 85 часов.

# **ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

## **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** «Физиология с основами биохимии» принадлежит к общепрофессиональным дисциплинам.

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

В результате усвоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;

В результате усвоения дисциплины обучающийся должен знать:

- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений;
- особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости;
- физиологические основы спортивного отбора и ориентации; - биохимические основы развития физических качеств;
- биохимические основы питания; - общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- возрастные особенности биохимического состояния организма; - методы контроля

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 135 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 24 часа, самостоятельной работы обучающегося 111 часов.

# ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**1.1. Область применения программы.** Рабочая программа учебной дисциплины является программой общепрофессионального цикла по специальности 39.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

**Целью программы** является формирование представлений, выработка умений и навыков сохранения и укрепления здоровья в процессе обучения школьников физическим упражнениям и в спортивной тренировке.

**Задачи учебной дисциплины** определены ее содержанием:

1. Приобретение и овладение теоретическими и методическими знаниями и умениями по дисциплине.

2. Формирование у студентов готовности и интереса к реализации гигиенических требований в профессиональной деятельности.

**В результате освоения дисциплины обучающийся (студент) должен знать:**

- основы гигиены детей и подростков;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения, укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- понятие медицинской группы;
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- гигиенические формы закаливания;
- гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, занятию и помещениям школы;
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курение, наркомании и токсикомании.

**Знать:**

- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей;

- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- определять суточный расход энергии, составлять меню;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в задании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса;
- применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки – 48 часов;
- в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки – 10 часов;
- внеаудиторные самостоятельной работы – 38 часов.

## **ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА**

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

Программа учебной дисциплины является программой общепрофессионального цикла ОПОП по специальности 49.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

**Цель учебной дисциплины:** формирование у студентов современного представления о физиологическом уровне жизнедеятельности организма школьника, о физическом развитии, о профилактике травматизма и устранении нарушений функций организма с применением лечебной физической культуры и массажа, сокращении длительности реабилитационного процесса у детей школьного возраста.

Для определения знаний и умений программа помогает разрешить следующие **задачи:**

1. Сформировать представление о системном уровне организации двигательных программ с точки зрения функциональных систем.
2. Дать систему знаний об основных закономерностях человеческой жизнедеятельности и показателей оздоровления организма у детей.
3. Дать обоснование роли двигательной активности в формировании, сохранении и укреплении здоровья.

В результате освоения учебной дисциплины, обучающиеся студенты должны **уметь:**

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;



- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);

- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

В результате освоения учебной дисциплины, обучающиеся студенты должны **знать:**

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;

- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;

- знание ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;

- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;

- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;

- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;

- основные методы ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;

- методические особенности поведения занятий по ЛФК и массажу с детьми школьного возраста;

- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;

- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;

- основные виды и приемы массажа.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки - 159 часов;

в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки – 28 часов;

- внеаудиторные самостоятельной работы – 131 час.

## **ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**

**1.1. Область применения программы.** Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательных программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура»

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина «Основы биомеханики» относится к профессиональному циклу основных профессиональных образовательных программ СПО естественнонаучного профиля.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- применять знания по биомеханике при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- проводить биомеханический анализ двигательных действий.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- основы кинематики и динамики движений человека;
- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;
- биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания школьников.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки – 69 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки - 12 часов; самостоятельной работы обучающегося 57 часов.

# БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ

**1.1. Область применения программы.** Рабочая программа учебной дисциплины является программой общепрофессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

**Целью** названной дисциплины является профессиональная подготовка учителя физической культуры основной школы в области основных базовых видов спортивной деятельности.

**Задачи** дисциплины заключаются в следующем:

- овладение теоретическими знаниями в области основ гимнастики, подвижных игр, волейбола, баскетбола, легкой атлетики, плавания, дзюдо и методики их преподавания, воспитания с их помощью физических и психических качеств;

- формирование навыков и умений тренерской и организаторской работы по легкой атлетике;

- формирование профессионально – педагогических способностей к самостоятельной постановке и решению учебных, методических, исследовательских и воспитательных задач.

**После изучения дисциплины студент должен**

**в области гимнастики знать:**

- об основных этапах развития гимнастики;
- о законодательных и нормативных документах в области гимнастики;

- о социальных, эстетических и духовных функциях гимнастики;

- о роли гимнастики в повышении жизнедеятельности и жизнеспособности человека;

- о закономерностях развития гимнастических двигательных навыков;

- о дидактических возможностях различных методов и средств физического воспитания детей и взрослых;

- о современных технологиях и системах физического развития человека;

- о месте и роли базовых гимнастических упражнений в физическом развитии личности;

- о влиянии конкретных видов физических нагрузок на организм человека;

- о содержании, организации, структуре, методах и формах учебно-тренировочного процесса по гимнастике;

- об основных видах гимнастических упражнений;

- о способах страховки и обеспечения безопасности;

- о правилах проведения соревнований по гимнастике;
- о содержании физического воспитания в различных типах общеобразовательных учреждений, особенностях альтернативных программ.

**уметь:**

- планировать и проводить основные формы учебной, физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы с разным контингентом обучающихся;
- оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий по гимнастике;
- осуществлять педагогический и медико-биологический контроль в процессе проведения занятий гимнастикой и коррекцию физического развития;
- владеть технологиями обучения двигательным действиям и методиками развития двигательных качеств;
- прогнозировать результаты воспитания и обучения, планировать образовательную работу;

**в области волейбола знать:**

- организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство;
- проводить пропаганду физической культуры и спорта;
- осуществлять различные способы страховки.
- систему отбора, методику подготовки юных спортсменов, прогнозирование спортивных результатов,
- систему тренировки в различных возрастных группах;
- методику преподавания, формы организации занятий, средства и методы тренировки;
- основные аспекты подготовки спортсмена, периодизацию тренировки, структуру многолетней тренировки, управление и контроль в спортивной тренировке.

**уметь:**

- ориентироваться в формах организации, правилах и проведении соревнований.
- организовать и проводить спортивные тренировки, использовать методики спортивных измерений.
- проводить судейство соревнований в учебном учреждении и за его пределами.

**В области баскетбола знать:**

- историю развития баскетбола;
- планирование программного материала по баскетболу;
- средства и методы воспитания физических качеств;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям.

**уметь**

- технически правильно осуществлять двигательные действия;
- управлять своими эмоциями в организации самостоятельных занятий;

- правильно пользоваться терминологией;
- соблюдать правила безопасности при выполнении различных физических упражнений.

**в области легкой атлетики знать:**

- историю и закономерности развития легкой атлетики;
- теорию и методiku преподавания видов легкой атлетики в объеме пройденной программы;
- теорию и методiku спортивной тренировки в легкой атлетике;
- правила соревнований по легкой атлетике;
- содержание программного материала по легкой атлетике в школе;

**уметь:**

- подбирать и составлять легкоатлетические упражнения;
- составлять конспект урока по легкой атлетике;
- выполнять специально-беговые, специально-прыжковые упражнения, упражнения для метателей, технику бега на короткие дистанции (100м), эстафетный бег, прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», «ножницы», метание гранаты;
- самостоятельно проводить урок в учебной группе.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки – 1423 часа;  
в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки – 150 часов;
- внеаудиторные самостоятельной работы – 1273 часа.

# ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** профессиональный цикл.

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

Цель дисциплины состоит в повышении образовательно-правовой культуры будущего педагога.

Задачи: формирование способности ориентироваться в правовых компетентностях образовательного учреждения;

формирование умения применять правовые знания в своей профессиональной и повседневной деятельности;

формирование умения разрешать вопросы по охране здоровья детей и защите их прав и интересов;

формирование умения использовать законодательную базу в педагогической деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

использовать нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта, в профессиональной деятельности;

защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством;

анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) с правовой точки зрения;

применять знания основ права при изучении профессиональных модулей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

основные положения Конституции РФ;

права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;

понятия и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных физкультурно-спортивных объединений;

основные законодательные акты и документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта;

правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта;

социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта;

порядок заключения трудового договора и основания его прекращения;

правила оплаты труда;  
понятие материальной и дисциплинарной ответственности работника;  
виды административных правонарушений и административной ответственности;

нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.

### **1.1. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 14 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

## **ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

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

Программа учебной дисциплины предназначена для использования при реализации ОПОП по специальности 49.02.01 «Физическая культура»

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

Профессиональный цикл – общепрофессиональные дисциплины

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;

использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания обучающихся, повышения интереса к физической культуре и спорту;

правильно использовать терминологию в области физической культуры;

оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;

находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;

историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;

историю международного спортивного движения;  
современные концепции физического воспитания;  
средства формирования физической культуры человека;  
механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;

мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;

принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в организациях основного и дополнительного образования;

дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;

основы теории обучения двигательным действиям;

теоретические основы развития физических качеств;

особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях;

особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигателью одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;

сущность и функции спорта;

основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;

основы оздоровительной тренировки;

проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях;

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 126 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 16 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 110 часов.

## **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура

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

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

**Цель:** формировать систему взглядов в области безопасности жизнедеятельности при подготовке к профессиональной деятельности, уметь применять профессиональные знания в процессе жизнедеятельности.

**Задачи:**

1. Ознакомить с опасностями мирного и военного времени, угрожающие человеку в современной повседневной жизни, в опасных и



чрезвычайных ситуациях природного, социального, техногенного характера, изучение и освоение методов и приемов защиты, позволяющих уменьшить возможный ущерб личности и обществу в возможных опасных и чрезвычайных ситуациях.

2. Изучить и освоить основы медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи в опасных и чрезвычайных ситуациях.

3. Изучить основы формирования культуры личной безопасности.

4. Ознакомить с основными сведениями о Вооруженных силах Российской Федерации, обеспечивающих традиционный аспект национальной безопасности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

- применять первичные средства пожаротушения;

- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;

- основы военной службы и обороны государства;

- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:** максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 14 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 88 часов.