**2025 год**

**Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины**
**«СГ.04 Физическая культура»**

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Область применения программы | Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.07 «Банковское дело». |
| 2. | Место дисциплины в структуре образовательной программы | Рабочая программа учебной дисциплины «СГ.04 Физическая культура» является частью основной образовательной программы, сформированной на основе ФГОС по специальности СПО 38.02.07 «Банковское дело».<br>Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08. |
| 3. | Учебная нагрузка обучающихся | Максимальная учебная нагрузка – 120 часов;<br>обязательная аудиторная нагрузка – 120 часов, в том числе теоретические занятия-4, практические занятия – 116 ч.<br>Изучение учебной дисциплины может реализовываться с частичным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. |
| 5 | Тематический план | Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ<br>Тема 1.1.<br>Здоровый образ жизни<br>Раздел 2. Легкая атлетика<br>Тема 2.1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы.<br>Тема 2.2 Совершенствование техники длительного бега.<br>Тема 2.3 Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега.<br>Тема 2.4. Эстафетный бег 4х100.<br>Челночный бег.<br>Тема 2.5.<br>Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках.<br>Раздел 3. Волейбол.<br>Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП).<br>Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП.<br>Тема 3.3.Нижняя прямая и боковая подача. ОФП.<br>Тема 3.4.Верхняя прямая подача. ОФП.<br>Тема 3.5.Тактика игры в защите и нападении.<br>Тема 3.6.Основы методики судейства.<br>Тема 3.7. Контроль выполнения<br>тестов по волейболу.<br>Раздел 4. Баскетбол.<br>Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП.<br>Тема 4.2.Передачи мяча. ОФП.<br>Тема 4.3.Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП.<br>Тема 4.4.Техника штрафных бросков. ОФП.<br>Тема 4.5.Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.<br>Тема 4.6.Практика судейства в баскетболе. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Раздел 5. Гимнастика.<br>Тема 5.1. Строевые приемы.<br>Тема 5.2.Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися.<br>Раздел 6. Атлетическая гимнастика.<br>Тема.6.1. Упражнения на тренажерах для развития основных мышечных групп.<br>Тема 6.2. Круговая тренировка для развития основных мышечных групп.<br>Тема 6.3. Упражнения со свободными весами.<br>Тема 6.4. Контрольное занятие.<br>Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).<br>Тема.7.1.Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов. |
| 6 | Информационное обеспечение обучения | Реализация программы обеспечена законодательными и нормативными актами, справочно- информационными ресурсами, учебной литературой и учебно-методическими материалами.<br>1. ЭБС «Цифровой образовательный ресурс IPR SMART» - https://www.iprbookshop.ru/ (с 07.09.2017 г.)<br>2. ЭБС «Лань» - https://e.lanbook.com/( с 07.09.2017 г.)<br>3. ЭБС Образовательная платформа Юрайт (ЭБС «Юрайт») - https://urait.ru/( с 07.09.2017 г.)<br>4. ЭБС «Znanium» - https://znanium.com/ (с 20.04.2019 г.)<br>5. ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru» - https://ibooks.ru/(с 01.07.2021 г.) |
| 7 | Промежуточная аттестация | Дифференцированный зачёт |
| 8 | Автор-составитель | Галлямов Н.З., преподаватель. |