**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

|  |
| --- |
| Физическая культура |

*название учебной дисциплины*

**1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина **«Физическая культура»** является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **08.01.30 «Электромонтажник слаботочных систем».**

**2 Цель дисциплины**

Содержание программы общеобразовательной дисциплины **«Физическая культура»** направлено на достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС СОО с учетом профессиональной направленности ФГОС СПО.

**3 Планируемые результаты освоения дисциплины**

**3.1 В рамках программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» обучающимися осваиваются личностные результаты в части:**

1) гражданского воспитания:

- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;

2) патриотического воспитания:

- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания:

- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;

4) эстетического воспитания:

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений;

5) физического воспитания:

- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

6) трудового воспитания:

- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;

7) экологического воспитания:

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

8) ценности научного познания:

- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

**3.2 В рамках программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» обучающимися осваиваются метапредметные результаты:**

1) овладение универсальными учебными познавательными действиями:

а) базовые логические действия:

- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;

б) базовые исследовательские действия:

-способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

в) работа с информацией:

- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;

2) овладение универсальными коммуникативными действиями:

а) общение:

- осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;

б) совместная деятельность:

- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной: работы;

3) овладение универсальными регулятивными действиями:

а) самоорганизация:

- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

б) самоконтроль:

- уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:

- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;

г) принятие себя и других людей:

- признавать свое право и право других людей на ошибки;

**3.3 В рамках программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» обучающимися осваиваются предметные результаты:**

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

6) положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

**3.4 В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные результаты (ЛР) в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 08.01.30 «Электромонтажник слаботочных систем»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Личностные результаты** **реализации программы воспитания** *(дескрипторы)* | **Код личностных результатов реализации программы воспитания** |
| Осознающий себя гражданином и защитником великой страны | **ЛР 1** |
| Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях | **ЛР 9** |
| Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой | **ЛР 10** |

**3.5 Содержание дисциплины «Физическая культура» ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессиональных модулей по специальности 08.01.30 «Электромонтажник слаботочных систем» и овладению профессиональными компетенциями (ПК):**

ПК 1.2. Выполнять работы по установке и монтажу линейных сооружений, оборудования, аппаратуры и приборов систем сигнализации, тревожной и охранно-пожарной сигнализаций в соответствии с заданием.

ПК 2.1. Осуществлять техническую эксплуатацию оборудования, аппаратуры и приборов систем сигнализации, тревожной и охранно-пожарной сигнализаций.

ПК 2.3. Выполнять работы по плановому и неплановому текущему ремонту систем сигнализации, тревожной и охранно-пожарной сигнализаций.

**4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем в часах** |
| **Объем образовательной программы учебной дисциплины** | 50 |
| в т. ч.: |
| - теоретические занятия |  |
| в том числе профессионально ориентированные теоретические занятия |  |
| - практические занятия (если предусмотрено) | 26 |
| в том числе профессионально ориентированные практические занятия | 16 |
| - самостоятельная работа | 4 |
| **Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)** |  |

**5. Содержание дисциплины**

Тема 1.1 Теоретические сведения на занятиях физической культуры в учебном заведении.

**Роль ЗОЖ для электромонтажников.** Разминка

Тема 1.2 Бег на короткие дистанции (30 м, 60м, 100 м, 250 м и 500м)

Тема 1.3 Бег на длинные дистанции (1000 м и 1500 м, 2000м и 3000м). **Значимость бега на длинные дистанции для электромонтажников**

Тема 1.4 Бег по пересеченной местности. **Роль бега по пересеченной местности для специалистов -электромонтажников**

Тема 1.5 Прыжки в длину. Техника разбега, отталкивания, полёта и приземления

Тема 1.6 Спортивные игры. Баскетбол.

Тема 1.7 Спортивные игры. Волейбол.

Тема 1.8 Настольный теннис. Подача. Передвижения. Тактика игры

Тема 2.1 Футбол. Ведение мяча. **Футбол для электромонтажников**

Тема 2.2 Гимнастика. Развитие гибкости и координации. Парная акробатика. **Гимнастика для спины и шеи при работе на высотных работах.**

Тема 2.3 Развитие силовых способностей. **Развитие силовых качеств для электромонтажников слаботочных систем.**

Тема 2.4 Гимнастические упражнения прикладного характера.

Тема 2.5 Метание в цель и на дальность

Тема 2.6 Прыжок в длину

Тема 2.7 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. **Роль физической культуры для специалистов электромонтажников.**