|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Аннотация** | | |
| **Рабочей программы дисциплины** | | |
| Дисциплина | | ОГСЭ.05 Физическая культура |
| Специальность | | 09.02.07 Информационные системы и программирование |
| Объем дисциплины | | 174 часов |
| Формы промежуточной аттестации | | Зачет |
| Колледж | | |
| **Краткое** **содержание** **дисциплины** | | |
| Тема | Наименование темы | |
| Тема 1. | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО | |
| Тема 2. | Легкая атлетика | |
| Тема 3. | Спортивные игры | |
| Тема 4. | Силовой тренинг, фитнес-гимнастика | |
| Тема 5. | Силовой тренинг, фитнес-гимнастика | |
| Тема 6. | Силовой тренинг, фитнес-гимнастика | |
|  |  |  |
| **Список** **литературы** | | |
|  |  |  |
| **Основная литература:** | | |
| 1. Конеева Е. В., Зайцев А. А. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 599 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/475342 | | |
| 2. Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебник Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 493 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/471143 | | |
| 3. Туревский И. М., Бородаенко В. Н. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 148 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/476074 | | |
| 4. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебник и практикум Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 424 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/469681 | | |
| 5. Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 246 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/472705 | | |
| 6. Филиппова Ю.С. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 197 – Режим доступа: https://znanium.com/catalog/product/1815141 | | |
| **Дополнительная литература:** | | |
| 1. Ежов К. С. Основы защиты в баскетболе: индивидуальный прессинг [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. - 47 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492232.pdf | | |

|  |
| --- |
| 2. Давыдова Е. В., Давыдов Е. А. Развитие качества гибкости студентов при подготовке к выполнению нормативов ВФСК "ГТО" [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. - 53 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492590.pdf |
| 3. Синицын С. Е. Основы скалолазания [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. - 51 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492596.pdf |
| 4. Булгакова Н. Ж., Морозов С. Н., Попов О. И. Плавание с методикой преподавания [Электронный ресурс]:Учебник Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 344 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/487324 |
| 5. Германов Г. Н., Корольков А. Н. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 793 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/475600 |
| 6. Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И. Методика обучения физической культуре. Аэробика [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 138 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/472737 |
| 7. Зайцев А. А., Зайцева В. Ф. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка [Электронный ресурс]:Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 227 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/476678 |
|  |
| **Перечень** **информационных** **технологий,** **включая** **перечень** **лицензионного** **программного** **обеспечения** **и** **информационных** **справочных** **систем,**  **онлайн** **курсов,** **используемых** **при** **осуществлении** **образовательного** **процесса** **по** **дисциплине** |
| **Перечень лицензионного программного обеспечения:** |
|  |
| Astra Linux Common Edition. Договор № 1 от 13 июня 2018, акт от 17 декабря 2018. Срок действия лицензии - без ограничения срока. |
| Microsoft Office 2016.Договор № 52/223-ПО/2020 от 13.04.2020, Акт № Tr000523459 от 14.10.2020 Срок действия лицензии 30.09.2023. |
| **Перечень информационных справочных систем, ресурсов информационно- телекоммуникационной сети «Интернет»:** |
| Справочно-правовая система Консультант +. Договор № 163/223-У/2020 от 14.12.2020. Срок действия лицензии до 31.12.2021 |
| Справочно-правовая система Гарант. Договор № 58419 от 22 декабря 2015. Срок действия лицензии -без ограничения срока |
| **Физическая** **культура** **[Электронный** **ресурс]** **:** **учебник** **и** **практикум** **для** **прикладного** **бакалавриата:** **для** **студентов** **вузов** **всех** **направлений** **и** **специальностей** **/** **А.** **Б.** **Муллер** **[и** **др.].** **;** **Сибир.** **федер.** **ун-т.** **-** **Москва**  **:**  **Юрайт,** **2018.** **-** **424** **с.** **–** **Режим** **доступа:**  http://www.biblio-online.ru/book/55A7A059-CBEC-44C9-AC81-63431889BBB7 |
| **Матущак,** **П.** **Ф.** **Вольная** **борьба** **[Электронный** **ресурс]** **:** **учебное** **пособие** **для** **учебных** **заведений,** **реализующих** **программу** **среднего** **профессионального** **образования** **на** **базе** **основного** **общего** **образования** **/** **П.** **Ф.** **Матущак.** **–** **Москва** **:** **ИНФРА-М,** **2019.** **-** **292** **с.** **–** **Режим** **доступа:**  http://znanium.com/go.php?id=961481 |
| **Физическая** **культура** **[Электронный** **ресурс]** **:** **учебное** **пособие** **/** **Е.** **С.** **Григорович** **[и** **др.]** **;** **ред.:** **Е.** **С.** **Григорович,** **В.** **А.** **Переверзев.** **-** **4-е** **изд.,** **испр.** **-** **Минск** **:** **Вышэйшая** **школа,** **2014.** **-** **350** **с.**  http://znanium.com/go.php?id=509590 |

|  |
| --- |
| **Физическая** **культура** **студентов** **специального** **учебного** **отделения** **[Электронный** **ресурс]** **:** **учебное** **пособие** **/** **Л.** **Н.** **Гелецкая** **[и** **др.]** **;** **М-во** **образования** **и** **науки** **Рос.** **Федерации,** **Сибир.** **федер.** **ун-т.** **-** **Красноярск** **:** **Сибирский** **федеральный** **университет,** **2014.** **-** **220** **с.**  http://znanium.com/go.php?id=511522 |
| **Бароненко,** **В.** **А.** **Здоровье** **и** **физическая** **культура** **студента** **[Электронный** **ресурс]** **:** **учебное** **пособие** **/** **В.** **А.** **Бароненко,** **Л.** **А.** **Рапопорт.** **-** **2-е** **изд.,** **перераб.** **-** **Москва** **:** **Альфа-М:** **ИНФРА-М,** **2014.** **-** **336** **с.**  http://znanium.com/go.php?id=432358 |
| Аннотацию подготовил: А.Р. Даутов |