

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
УЛЬЯНОВСКИЙ ТЕХНИКУМ ЛЕГКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ И ДИЗАЙНА

Актуализировано
Приказ № 367
от 03.09.14г

Контрольный
экземпляр

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 Физическая культура

040401.01 Социальный работник

г. Ульяновск
2013

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС по профессии НПО

040401.01 Социальный работник

РЕКОМЕНДОВАНА

на заседании ЦМК
Председатель ЦМК

 Л.П. Титова
подпись

Протокол заседания ЦМК
№7 от « 23 » мая 2013г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по учебной
работе ОГОУ СПО ТЛПид

 Н.А. Матюнина
подпись

«23» мая 2013г.

Автор-разработчик:

Слугина Е.А., руководитель физического воспитания


Волков Ю.И., преподаватель

Ф.И.О., должность

Рецензент:

Ф.И.О., должность

Протокол заседания ЦМК № 1 от 29 августа 2014г.

Председатель ЦМК  Л.П. Титова

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. СТРУКТУРА И ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	14
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии начального профессионального образования 040401.01 «Социальный работник», входящей в состав укрупненной группы профессий 040000 «Социальные науки».

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: раздел «Физическая культура».

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;
- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 80 часов, в том числе:
практической учебной нагрузки обучающегося 40 часов;
самостоятельной работы обучающегося 40 часов.

В рамках учебной дисциплины формируются общие и профессиональные компетенции:

Общие компетенции

Код	Наименование результата обучения	№ тем
ОК 1.	Разработать комплекс утренней гимнастике для дальнейшего принятия сущности и социальной значимости своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	Тема 1.3
ОК 2	Организовывать собственную тренировочную деятельность, исходя из цели и способов приобретенных на уроках, определенных руководителем	Тема 1.1
ОК 3.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы при выполнении упражнений в парах.	Тема 1.1
ОК 4	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения самостоятельной работы	Тема 1.2.3
	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения самостоятельной работы	Тема 1.3
	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения самостоятельной работы	Тема 2.1
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности при изучении гимнастических комбинаций	Тема 1.2.3
ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством при выполнении гимнастических упражнений под музыку	Тема 2.1
ОК 7.	Использовать воинскую обязанность при выполнении строевых упражнений, в том числе с применением полученных профессиональных знаний	Тема 1.1

Профессиональные компетенции

Код	Наименование результата обучения	№ тем
ПК 1.1	Составить программу для людей старшего возраста и оказывать социально-бытовые услуги лицам пожилого возраста и инвалидам	Раздел 1

	на дому	
ПК 1.2	Разработать комплекс восстановительных упражнений для дальнейшей помощи лицам пожилого возраста и инвалидам в получении	Раздел 1
ПК 1.3	ПК. 1.3. Сформировать координацию движения при выполнении упражнений под музыку лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-психологических услуг, оказывать первичную психологическую поддержку по изучению медицинских знаний	Раздел 2
ПК 1.4	Разработать комплекс упражнения на сердечнососудистую систему и содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально экономических услуг	Раздел 2
ПК 1.5	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально – правовых услуг и формировании правильной осанки при выполнении физических упражнений	Раздел 2

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения учебной программы является овладение обучающимися вида профессиональной деятельности «Оказание социальных услуг лицам пожилого возраста и инвалидом на дому» в части изучения дисциплины, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Оказывать социально-бытовые услуги лицам пожилого возраста и инвалидам на дому
ПК 1.2	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-медицинских услуг, оказывать первую медицинскую помощь
ПК 1.3.	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально-психологических услуг, оказывать первичную психологическую поддержку по изучению медицинских знаний
ПК 1.4	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально экономических услуг
ПК 1.5	Содействовать лицам пожилого возраста и инвалидам в получении социально – правовых услуг
ОК 1.	Принимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем
ОК 3.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы
ОК 4	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач

ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами
ОК 7.	Использовать воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний.

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	80
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	40
в том числе:	
практические занятия	40
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	40
в том числе:	
тематика внеаудиторной самостоятельной работы	40
Итоговая аттестация в форме зачёта	