

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КОЛЛЕДЖ МЕТРОПОЛИТЕНА»**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор СПб ГБПОУ  
«Колледж метрополитена»

 В.Г. Апаницин

« 29 » август 2014г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ФК.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Профессия **23.01.14** – **Электромонтер устройств сигнализации,  
централизации, блокировки (СЦБ)**

Санкт-Петербург  
2014

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе ФГОС СПО.  
Увеличенная группа 23.00.00 – Техника и технологии наземного транспорта.  
Профессия 23.01.14– Электромонтер устройств сигнализации,  
централизации, блокировки (СЦБ)

#### СОСТАВИТЕЛИ:

Краснопольский В.М., руководитель физического воспитания СПб  
ГБПОУ «Колледж метрополитена»

Иванова Т.Ю., преподаватель СПб ГБПОУ «Колледж  
метрополитена»

#### ОДОБРЕНА

на методической цикловой комиссии  
гуманитарного цикла

Протокол № 1 от 27 августа 2014 г.

#### ОБСУЖДЕНО И ПРИНЯТО

на педагогическом совете СПб ГБПОУ «Колледж метрополитена»

Протокол № 1 от 28 августа 2014 г.

## СТРУКТУРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Паспорт рабочей программы дисциплины
2. Структура и содержание дисциплины
3. Условия реализации дисциплины
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

*ПРИЛОЖЕНИЕ 1* Методические указания к самостоятельной работе  
обучающихся по изучению дисциплины

*ПРИЛОЖЕНИЕ 2* Календарно-тематическое планирование

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ФК.00 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы СПО в соответствии с ФГОС СПО по профессии:

**23.01.14 Электромонтер устройств сигнализации, централизации и блокировки (СЦБ)**

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

Дисциплина ФК.00.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

Знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни

Процесс изучения дисциплины ФК.00 «Физическая культура» способствует освоению следующих компетенций:

**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 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка 108 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка 54 часов,  
самостоятельная работа 54 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>108</i></b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>54</i></b>
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	<b><i>54</i></b>
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b><i>54</i></b>
Дифференцированный зачет	<b><i>1</i></b>