

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

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

УТВЕРЖДАЮ  
Директор СПб ГБПОУ  
«Колледж метрополитена»

\_\_\_\_\_ В.Г. Апаницин

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2014 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОДБ.13**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

для профессий:

- 15.01.25 Станочник (металлообработка)
- 23.01.10 Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава
- 23.01.12 Слесарь-электрик метрополитена
- 23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции
- 23.01.14 Электромонтер устройств сигнализации, централизации, блокировки (СЦБ)

**Санкт-Петербург  
2014**

Рабочая программа дисциплины разработана на основе ГОС среднего (полного) общего образования и примерной программы ФИРО

Укрупненная группа профессий 15.00.00 – Машиностроение  
Профессия 15.01.25 – Станочник (металлообработка)

Укрупненная группа профессий 23.00.00 – Техника и технологии наземного транспорта

Профессии: 23.01.10 – Слесарь по обслуживанию и ремонту подвижного состава

23.01.12 – Слесарь-электрик метрополитена

23.01.13 – Электромонтер тяговой подстанции

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

#### СОСТАВИТЕЛИ:

Краснопольский В.М. – преподаватель первой категории СПб ГБПОУ «Колледж метрополитена»

Иванова Т.Ю. – преподаватель первой категории СПб ГБПОУ «Колледж метрополитена»

#### РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

на заседании методической цикловой комиссии гуманитарного цикла

Протокол № 2

от «17» сентября 2014 г.

#### ОБСУЖДЕНО И ПРИНЯТО

на педагогическом совете СПб ГБПОУ «Колледж метрополитена»

Протокол № 2 от « 07 » октября 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

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **«Физическая культура»**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью общеобразовательной программы в соответствии с ГОС среднего (полного) общего образования.

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

входит в общеобразовательный цикл

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- Использовать при выполнении самостоятельных занятий по физической культуре знания и навыки, приобретенных на уроках.
- Выполнять учебные нормативы.
- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

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

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

максимальная учебная нагрузка 262 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка 175 часов,
- самостоятельная работа 87 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	262
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	175
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	170
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	87
в том числе:	
Курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
<i>Дифференцированный зачет</i>	

