

Аннотация рабочей программы общеобразовательной дисциплины
ОД.09 Физическая культура
образовательной программы подготовки специалистов среднего звена
специальности 15.02.16 Технология машиностроения

1. Цели изучения дисциплины:

- освоение системы базовых знаний, отражающих вклад информатики в формирование современной научной картины мира, роль информационных процессов в современном обществе, биологических и технических системах;
- овладение умениями применять, анализировать, преобразовывать информационные модели реальных объектов и процессов, используя при этом цифровые технологии, в том числе при изучении других дисциплин; развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей путем освоения и использования методов информатики и цифровых технологий при изучении различных учебных предметов;
- воспитание ответственного отношения к соблюдению этических и правовых норм информационной деятельности; приобретение опыта использования цифровых технологий в индивидуальной и коллективной учебной и познавательной, в том числе проектной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Входит в общеобразовательный цикл как обязательная общеобразовательная дисциплина

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения

ОК 01, ОК 04 ОК 08, ПК 5.4

4. Требования к результатам освоения дисциплины

в результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

- зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности.
- факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления.

уметь:

- 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);

владеть:

- современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
- современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств

- физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью

Сертификат: 6FA44C50384686A8E7BD5E27735179BC
Владелец: Ефремова Вероника Васильевна
Действителен: с 14.06.2022 до 07.09.2023

профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

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

5. Общая трудоемкость дисциплины

составляет – 78 часов (в т.ч. профессионально-ориентированное содержание – 20 часов), из них:

теоретические занятия – 4 часа,

практические занятия - 74 часа

6. Вид промежуточной аттестации:

дифференцированный зачет – 2 семестр.

7. Рабочую программу разработал

Л.А.Уфимцева, преподаватель физической культуры и спорта

Председатель цикловой комиссии
общеобразовательных, общих гуманитарных
и социально-экономических дисциплин

 Е.С.Багласова