

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины
ОУД.05 Физическая культура
образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих
профессии 21.01.01 Оператор нефтяных и газовых скважин

1. Цели изучения дисциплины:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина входит в общеобразовательный учебный цикл ППКРС как общая учебная дисциплина (базовая).

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОК 1-3, ОК 6, ОК 7.

4. Требования к результатам освоения дисциплины:

в результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.

знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения.

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

5. Общая трудоемкость дисциплины

составляет 182 часа, из них:

теоретические занятия – 8 часов, практические занятия – 174 часа

6. Вид промежуточной аттестации:

зачет – 2, 3, 4 семестры; дифференцированный зачет – 5 семестр.

7. Рабочую программу разработал:

С.А. Шпильман преподаватель высшей квалификационной категории

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



Ю.В. Байбородова