

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины
ОД.09 Физическая культура
образовательной программы подготовки специалистов среднего звена
специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

1. Цели изучения дисциплины:

- развитие у обучающихся двигательных навыков;
- совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности;
- гармоничное физическое развитие;
- формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста на основе национально-культурных ценностей и традиций.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Входит в общеобразовательный цикл как обязательная общеобразовательная дисциплина.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОК 01, ОК 04, ОК 08, ПК 3.5

4. Требования к результатам освоения дисциплины

в результате освоения дисциплины обучающийся должен:

- 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 здоровья, поддержания предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владеть техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение в физкультурно-оздоровительной соревновательной деятельности, в сфере досуга, профессионально-прикладной сфере;
- иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости).

5. Общая трудоемкость дисциплины

составляет – 78 часов (в т.ч. профессионально-ориентированное содержание – 28 часов), из них:

теоретические занятия – 4 часа,

практические занятия – 74 часа

6. Вид промежуточной аттестации

дифференцированный зачёт – 2 семестр

7. Рабочую программу разработал

Рожкова С.И. – преподаватель высшей квалификационной категории

Председатель цикловой комиссии

Общеобразовательных дисциплин

К.Н. Рагозина