

**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
БД.07 «Физическая культура»**

<p><b>Количество часов: 234</b>  <i>обязательной аудиторной учебной нагрузки: 117</i>  <i>самостоятельной работы: 117</i></p>	<p>Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для специальностей среднего профессионального образования технического, социально-экономического и естественно-научного профилей.</p> <p>Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 383 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»).</p> <p><b>Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:</b></p> <p><u>Базовая часть</u> –</p> <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>уметь</b>:</p> <p>У 1 Умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <p>У2 Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.</p> <p>У3 Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>У4 Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>знать</b>:</p> <p>Зн1 Знать о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);</p> <p>Зн2 Знание форм и содержания физических упражнений;</p> <p>Зн3 Знание основных принципов построения самостоятельных занятий и их гигиены;</p> <p>Зн4 Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности;</p> <p>Зн5 Знание инструктажа по ТБ, основ личной и общественной гигиены, правила поведения на занятиях физической культуры.</p> <p><u>Вариативная часть</u> – <i>не предусмотрено.</i></p> <p>В процессе освоения дисциплины у студентов должны <b>формироваться общие компетенции</b> (далее - ОК):</p> <p>ОК1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес;</p> <p>ОК2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;</p> <p>ОК3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность;</p> <p>ОК4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;</p> <p>ОК5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности;</p> <p>ОК6 Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством,</p>
---	--

	<p>потребителями;</p> <p>ОК7 Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий;</p> <p>ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации;</p> <p>ОК9 Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.</p> <p><b>Итоговая аттестация в форме – дифференцированного зачета</b></p>
--	---