

Документ подписан проставлен
Информация о владельце:
ФИО: Макаренко Елена Николаевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 20.04.2021 17:36:45
Уникальный программный ключ:

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины

ОГСЭ.04 Физическая культура

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	3 (2.1)	4 (2.2)	5 (3.1)	6 (3.2)	Итого	
(<Курс>.<Семестр на курсе>)						
Неделя	96	138	96	36		
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2			2	2
Практические	36	36	36	36	24	24
Консультации	2	2	2	2	4	4
Итого ауд.	38	38	36	36	24	24
Контактная работа	40	40	38	38	28	28
Сам. работа	30	30	42	42	20	18
Итого	70	70	80	80	48	46

Основание:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2014 г. N 508 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения»).

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:
1.2	
1.3	В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:
1.4	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
1.5	В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:
1.6	- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональ-ном и социальном развитии человека.
1.7	- основы здорового образа жизни.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ООП:	ОГСЭ
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Освоения учебной программы по предмету «физическая культура».
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Физическая культура
2.2.2	Основы безопасности жизнедеятельности

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
3.1 Знать	☐ современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; ☐ основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.
3.2 Уметь	☐ использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятель-ности 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);
3.3 Владеть	

- ☐ владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- ☐ владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности.