

Документ подписан простыми средствами  
Информация о владельце:  
ФИО: Макаренко Елена Николаевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 2019.12.01 15:22:57

# Аннотация рабочей программы учебной дисциплины

## ОУД.07 Физическая культура

### Распределение часов дисциплины по курсам

Уникальный программный ключ: c098bc0c1041c67a4c976c1271d6715d99a6ae0dad8e27b55cbe1e2dbd7c78	Курс	1		Итого
		Уп	Инд	
Вид занятия				
Практические		4	4	4
Индивидуальный проект		2	2	2
Итого ауд.		4	4	4
Контактная работа		4	4	4
Сам. работа		111	111	111
Итого		117	117	117

### ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413"Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (с изменениями и дополнениями))

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины
1.2	Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:
1.3	• формирование физической культуры личности будущего профессионала востребованного на современном рынке труда;
1.4	• развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
1.5	• формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
1.6	• овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
1.7	• овладение системой профессионально-жизненно-значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
1.8	• освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
1.9	• 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

Цикл (раздел) ООП:	ОУД
2.1	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Освоения учебной программы по предмету «физическая культура».
2.2	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Физическая культура
2.2.2	Основы безопасности жизнедеятельности

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Знать
<input type="checkbox"/> современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
<input type="checkbox"/> основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.
3.2 Уметь
<input type="checkbox"/> 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);
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.