

Аннотация рабочей программы дисциплины
«Физическая культура»
профессии среднего профессионального образования
13.01.10. «Электромонтер по ремонту и обслуживанию
электрооборудования (по отраслям)»

1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: Дисциплина ФК.00 «Физическая культура» входит в *профессиональный цикл*.

2. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины:

Цель дисциплины: формирование у студентов знаний основ теории и методики обучения физической культуре и применение их в своей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины студент должен:

- обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:



- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

3. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки студента 80 часов, в том числе:

-  обязательной аудиторной учебной нагрузки студентов 40 часов;
-  самостоятельной работы студента 40 часов.

4. Содержание дисциплины:

Тема 1. Теоретические сведения.

Тема 2. Легкая атлетика.

Тема 3. Баскетбол.

Тема 4. Элементы гимнастики, упражнения на тренажерах.

Тема 5. Бадминтон.

Тема 6. Волейбол.