

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

54.02.01 Дизайн (по отраслям)

с 1 по 2 семестр

#### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание программы « Физическая культура » направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

#### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ППССЗ

Дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом обязательной предметной области «общеобразовательные науки» ФГОС среднего общего образования. Предназначена для изучения «физической культуры» в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования

#### 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (освоенные умения, усвоенные знания)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

**Знать:** научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

**Уметь:** использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

**Владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.



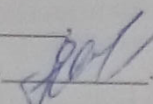
- Раздел 2 Лыжная подготовка.
- Раздел 3 Гимнастика
- Раздел 4 Спортивные игры
- Раздел 5 Плавание.
- Раздел 6 Виды спорта по выбору

**5. ВИДЫ АТТЕСТАЦИИ**

1-2 семестр - зачёт.

**6. КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ НА ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 167 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 50 часов.

Составители: доцент. Сулова В.А. \_\_\_\_\_  
ст. преподаватель Евсеева Г.В. 

Председатель  
учебно-методической комиссии КИТП \_\_\_\_\_ Корогодов Ю.Д.

Директор КИТП \_\_\_\_\_ Ю.Д. Корогодов      Дата \_\_\_\_\_