

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины
ОГСЭ.04 Физическая культура
для специальности
13.02.01 Тепловые электрические станции

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

1.1. Область применения рабочей программы

Дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла ОПОП СПО базовой подготовки.

1.2. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:
-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:
о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; основы здорового образа жизни.

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с логической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной

деятельности;

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- способность использовать меж предметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности.

1.3. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося 344 часов (2 часа в неделю), в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 160 часов (2 часа в неделю);

самостоятельной работы обучающегося (2 часа в неделю).

промежуточная аттестация – зачёт-6 часов

Дифференцированный зачёт-6 часов

Структура учебной дисциплины:

2 курс

Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.

Тема 1. Легкая атлетика

Тема 2. Кроссовая подготовка

Тема 3. Общая физическая подготовка

Тема 6. Военно-прикладная Физическая подготовка и спортивные игры

Тема 4. Гимнастика и спортивные игры

Тема 5. Лыжная подготовка

Тема 7. Атлетическая гимнастика и спортивные игры.

Тема 2. Плавание

3 курс

Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.

Тема 1. Легкая атлетика

Тема 2. Кроссовая подготовка

Тема 4. Гимнастика и спортивные игры

Тема 3. Общая физическая подготовка

Тема 6. Военно-прикладная Физическая подготовка и спортивные игры

Тема 5. Лыжная подготовка или конькобежная

Тема 7. Атлетическая гимнастика и спортивные игры.

Тема 1. Легкая атлетика

4 курс

Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.

Тема 4. Гимнастика и спортивные игры

Тема 3. Общая физическая подготовка

Тема 6. Военно-прикладная Физическая подготовка и спортивные

Тема 5. Лыжная подготовка или конькобежная

Тема 7. Атлетическая гимнастика и спортивные игры.