

Аннотация

к рабочей программе дисциплины «**Физическая культура**»

1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ГОС по специальности СПО **270103 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений** (базовая подготовка). Дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл

2. Цель изучения дисциплины

формирование физической культуры личности и её способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности.

3. Структура дисциплины

1. Понимание роли физической культуры в развитии личности в подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Освоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей.

4. Основные образовательные технологии

В процессе изучения дисциплины используются традиционные методы обучения и технологии активного обучения.

5. Требования к результатам освоения дисциплины

В рамках данной дисциплины студент должен:

Знать: законодательство РФ в области физической культуры и спорта, средства, методы, принципы физической культуры при совершенствовании функциональных возможностей организма человека; основы здорового образа жизни студента, особенности использования средств физической культуры для поддержания и повышения уровня здоровья, для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Уметь: применять средства и методы физической культуры для повышения физического развития и совершенствования; правильно дозировать физическую и умственную нагрузку в процессе учебной и профессиональной деятельности; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий, использовать средства профессионально-прикладной физической подготовки для развития профессионально важных двигательных умений и навыков.

6. Общая трудоемкость дисциплины

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **32** часа;

7. Формы контроля

Дифференцированный зачет – 7 семестр

8. Составитель: Свистунов Е.А. преподаватель