

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«Физическая культура»**

|  |  |
|--|--|
| Цель изучения дисциплины   | формирование личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.   |
| Место дисциплины в учебном плане                                     | Учебная дисциплина является дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с естественнонаучным профилем профессионального образования.  |
| Требования к результатам освоения основной образовательной программы | <p>готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;</li> <li>• потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;</li> <li>• приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;</li> <li>• 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;</li> <li>• готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;</li> <li>• способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;</li> <li>• способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции и антикоррупционное мировоззрение в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;</li> <li>• 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;</li> <li>• принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>• умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>• патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;</li> <li>• готовность к служению Отечеству, его защите.</li> </ul> <p>умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>• владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</li> <li>• владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</li> <li>• владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</li> </ul> |
| Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины | <ul style="list-style-type: none"> <li>• способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;</li> <li>• готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;</li> <li>• освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и</li> </ul>   |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>спортивной), экологии, ОБЖ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• готовность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников и способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;</li> <li>• формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</li> <li>• 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.</li> </ul> |
| Содержание дисциплины  | <p>Раздел 1. Теоретический.<br/>Раздел 2. Практический.</p>   |
| Виды учебной работы  | Лекционные занятия, практические занятия, консультации, самостоятельная работа  |
| Используемые информационные, инструментальные и программные средства | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Windows 8</li> <li>2. Microsoft Office Professional Plus 2016</li> <li>3. 7-Zip</li> <li>4. Acrobat Reader</li> <li>5. СПС Консультант Плюс: Версия Проф (сетевая версия)</li> <li>6. СПС Консультант Плюс: Алтайский выпуск (сетевая версия)</li> </ol>  |
| Форма промежуточной аттестации                                       | Дифференцированный зачет.   |