

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.08 *Торговое дело*.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих и профессиональных компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 38.02.08 *Торговое дело*.

Особое значение учебная дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 06, ОК 08.

### Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04	Организовывать работу коллектива и команды	Психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности
ОК 06	Описывать значимость своей специальности	Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности
ОК 08	Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

### СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы по очной форме обучения**

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	192

<i>Самостоятельная работа</i>	-
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>192</b>
<i>В том числе в форме практической подготовки:</i>	<i>188</i>
<i>в том числе:</i>	
теоретическое обучение ( <i>лекции, уроки</i> )	<b>4</b>
лабораторные занятия	-
практические занятия	<b>188</b>
курсовой проект (работа)	-
контрольная работа	-
<b>Консультации</b>	-
<b>Промежуточная аттестация проводится в форме другой формы в 1 семестре, в форме зачета 2,3 семестрах, в форме дифференцированного зачета 4 семестра</b>	-

#### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы по заочной форме обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	<b>4</b>
<i>Самостоятельная работа</i>	<i>188</i>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>192</b>
<i>В том числе в форме практической подготовки:</i>	<i>-</i>
<i>в том числе:</i>	
теоретическое обучение ( <i>лекции, уроки</i> )	<b>4</b>
лабораторные занятия	-
практические занятия	-
курсовой проект (работа)	-
контрольная работа	+
<b>Консультации</b>	-
<b>Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета в 1 семестре</b>	-

## **Основные разделы учебной дисциплины**

### **Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры**

#### **личности**

**Тема 1.1.** Общекультурное и социальное значение физической культуры.

**Тема 1.2.** Здоровый образ жизни.

### **Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры**

#### **личности**

**Тема 2.1.** Лёгкая атлетика.

**Тема 2.2.** Общая физическая подготовка

**Тема 2.3.** Спортивные игры

**Тема 2.4.** Аэробика (девушки)

**Тема 2.4** Атлетическая гимнастика (юноши)

**Тема 2.5.** Лыжная подготовка

### **Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (далее - ППФП)**

**Тема 3.1.** Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов