

Аннотация к рабочей программе по дисциплине ОУД.01.06. Физическая культура. Базовый уровень

форма обучения – очная

курс – 1

семестр – 1, 2

максимальная учебная нагрузка, ч – 156

всего, ч – 78

в том числе:

практические занятия, ч – 78

самостоятельная работа, ч – 78

зачет – 1 семестр

зачет с оценкой – 2 семестр

экзамен – 2 семестр, ч – 12

Место дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина «Физическая культура» относится к учебным дисциплинам общеобразовательного учебного цикла ППССЗ по специальности **54.02.02. Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (художественная роспись ткани)**.

Цели и задачи дисциплины

Целью физического воспитания обучающихся является формирование физической культуры и способности использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей деятельности, а также формирование необходимых компетенций.

Задачи дисциплины:

- содействовать формированию целостного миропонимания в соответствии с накопленным человечеством опытом и новейшими достижениями науки и содействовать пониманию значимости мировоззрения для счастливой жизни и успешной профессиональной деятельности;
- формировать понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности, сохранении и укреплении здоровья, в успешной профессиональной деятельности;
- обучить биологическим, педагогическим и практическим основам физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, физическому совершенствованию, установку на здоровый образ жизни;
- обучать системе практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, совершенствование физических и психологических качеств;

- сформировать личный опыт повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечения общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- создать основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- обучить техническим и тактическим приемам одного из видов спорта.

Требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общей компетенцией, включающей в себя:

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых

и досуг;

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств; способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.

Планируемые личностные результаты в ходе реализации образовательной программы

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	ЛР 9
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора, предопределенные психофизиологическими особенностями или состоянием здоровья, мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности	ЛР24