АННОТАЦИЯ

к рабочей программе учебной дисциплины

СГ.04 Физическая культура

по профессии 09.01.04 Наладчик аппаратных и программных средств инфокоммуникационных систем

1 год 10 месяцев на базе основного общего образования

Год начала подготовки 2026 г.

1. Наименование образовательной программы, в рамках которой изучается учебная дисциплина

Дисциплина «Физическая культура» входит в основную образовательную программу по профессии 09.01.04 Наладчик аппаратных и программных средств инфокоммуникационных систем

2. Общая трудоёмкость

Дисциплина «Физическая культура» изучается в объеме 58 часов, которые включают (46 ч. практические занятия, 12 ч. самостоятельной работы).

В том числе количество часов в форме практической подготовки: 46 ч.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» относится к «социально-гуманитарному» циклу учебного плана.

4. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура» направлен на формирование следующих **общих компетенций (ОК):**

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

ЗНАТЬ: роль физической культуры и спорта в подготовке к жизнедеятельности; строение организма человека как единой саморазвивающейся и саморегулирующейся биологической системы;

УМЕТЬ: применять физкультурно-спортивные средства для профилактики утомления, восстановления работоспособности, целенаправленного развития физических качеств;

ВЛАДЕТЬ: техникой выполнения контрольных упражнений для диагностики физического развития, уровня проявления двигательнокондиционных качеств и функциональной подготовленности.

5. Содержание учебной дисциплины

В основе дисциплины лежат 2 основополагающих раздела:

Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности.

Раздел 2. Практическая часть. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.

Обучение проходит в аудитории (лекции) и в спортивном комплексе (практические занятия), что позволяет приобретать будущим специалистам необходимые знания, навыки и умения.

6. Формы организации учебного процесса по дисциплине

Изучение дисциплины «Физическая культура» складывается из следующих элементов:

- лекции по дисциплине в соответствии с рабочей программой и календарным планом;
- практические занятия;
- самостоятельная работа обучающегося при выполнении практических заданий, изучение основной и дополнительной литературы;
- подготовка к промежуточной аттестации

Подготовка к практическим занятиям и самостоятельное изучение отдельных рекомендуемых к изучению вопросов осуществляется с использованием:

- лекционных материалов;
- рекомендуемой литературы;
- сети «Интернет».

7. Виды контроля

3 и 4 семестр – зачёт с оценкой