

1. Аннотация рабочей программы учебного предмета  
ОУП.06. Физическая культура

1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: Общеобразовательные учебные предметы ОУП 06. Физическая культура специальности

**09.02.07 « Информационные системы и программирование »**

**1.2. Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета:**

Освоение содержания учебного предмета «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

ЛР.1.3 сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, к целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности валеологической и профессиональной направленностью; неприятия вредных привычек :курения, употреблении алкоголя, наркотиков;

ЛР.1.4 готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

ЛР.1.5 принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

ЛР.1.6 потребность к самостоятельному использованию физической культуры, как составляющей доминанты здоровья;

ЛР.1.7 приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности

**Выпускник научится:**

МПР.1.1 самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

МПР.1.2 способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, в оздоровительной и социальной практике;

МПР.1.3 готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

МПР 1.4 освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ

### **Выпускник на базовом уровне научится**

ПР.1.1 \_определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

ПР.1.2 \_\_характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

ПР.1.3 выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; проявлять готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

ПР. 1.4 составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности

ПР 1.5 владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения

ПР.1.6 владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности,

физического развития и физических качеств; практически использовать приемы самомассажа и релаксации;

ПР . 1.7 определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;

ПР .1.8 проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 04. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

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

**1.3. Количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 123 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 123 часов;

**1.4.Объем учебного предмета и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	123
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	123
в том числе: практические занятия	123
Теоретические занятия	-
Промежуточная аттестация в форме зачета	

Разработчик:

Преподаватель физической культуры Дмитриев Г.П

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575798

Владелец Цыренов Евгений Данзанович

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023