

Аннотация
к рабочей программе учебной дисциплины
специальности 09.02.05 «Прикладная информатика (по отраслям)»
(базовой подготовки)
ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО 09.02.05 «Прикладная информатика (по отраслям)» (базовой подготовки).

Программа предназначена для реализации требований ФГОС по специальности 09.02.05 «Прикладная информатика (по отраслям)» (базовой подготовки) и призвана формировать общие компетенции:

- организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество (ОК 2);
- принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность (ОК 3);
- работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями (ОК 6).

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ОК	Умения	Знания
ОК 2 ОК 3 ОК 6	– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни.

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы:
дисциплина Физическая культура относится к учебным дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла ОГСЭ.04

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии личности

Тема 1.1. Физическая культура и спорт в общекультурной, профессиональной и социальной подготовке. История появления и развития физической культуры и спорта. Физическая культура как учебная дисциплина среднего профессионального образования.

Раздел 2. Биологические и психофизиологические основы физической культуры

Тема 2.1. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система. Воздействие природных и социально-экономических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры и спорта (физические упражнения, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы) в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма

Раздел 3. Основы здорового образа жизни обучающегося

Тема 3.1. Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни.

Раздел 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности

Тема 4.1. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда обучающегося. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности. Профилактика нервно-эмоционального и психофизического утомления обучающихся, повышение эффективности учебного труда.

Раздел 5. Основы физического и спортивного самосовершенствования

Тема 5.1. Средства физической культуры. Принципы и методы физической подготовки. Понятие о физических качествах.

Раздел 6. Основы профессионально-прикладной физической подготовки

Тема 6.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка, ее цели и задачи. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.

Раздел 7. Правовое обеспечение физического обучения и воспитания обучающихся

Тема 7.1 Федеральное законодательство по физической культуре и спорту, цели и задачи. Региональное законодательство в сфере физической культуры и спорта в образовательных организациях. Муниципальное правовое обеспечение физкультурного обучения и воспитания в образовательных организациях.

Раздел 8. Профилактика профессиональных заболеваний

Тема 8.1 Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Раздел 9. Психолого-педагогическое сотрудничество преподавателя с коллегами и студентами

Тема 9.1 Требования к уровню подготовки специалистов средствами и методами физической культуры. Формирование имиджа, профессиональной этики и этикета у специалистов средствами физической культуры и спорта. Воспитание духовно-нравственных качеств у студентов возраста средствами и методами физической культуры

Раздел 10. Теоретические основы тестирования студентов при физическом обучении и воспитании

Тема 10.1 Понятие, цель и задачи физкультурного тестирования студентов. Характеристика и этапы тестирования студентов на разных курсах обучения. Информационные технологии при тестировании студентов.

Раздел 11. Информационные образовательные технологии в физической культуре и спорте

Тема 11.1 Сущность концептуальных подходов к виртуальному образованию в онлайн-режиме. Информационные образовательные технологии в физическом воспитании студентов. Организация обучения теоретическим вопросам в физической культуре по индивидуальной образовательной траектории.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Форма обучения: очная

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 396 часов, в том числе:

аудиторной учебной работы обучающегося (обязательных учебных занятий) – 198 часов;

внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося – 198 часов.

Промежуточная аттестация установлена в форме дифференцированного зачета.

Форма обучения: заочная

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 396 часов, в том числе:

аудиторной учебной работы обучающегося (обязательных учебных занятий) – 34 часов;

внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося – 362 часов.

Промежуточная аттестация установлена в форме дифференцированного зачета.