

Аннотация
к рабочей программе учебной дисциплины
специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» (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 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» (базовой подготовки).

Программа предназначена для реализации требований ФГОС по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» (базовой подготовки) и призвана формировать общие и профессиональные компетенции:

Общие компетенции (ОК):

- понимать и анализировать вопросы ценностно-мотивационной сферы (ОК 2);
- организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество (ОК 3);
- осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития (ОК 6);
- адаптироваться к меняющимся условиям профессиональной деятельности (ОК 10);
- организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности (ОК 14).

Профессиональные компетенции (ПК):

- применять меры административного пресечения правонарушений, включая применение физической силы и специальных средств (ПК 1.6).

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 2 ОК 3 ОК 6 ОК 10 ОК 14 ПК 1.6	<ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку; - применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - способы самоконтроля за состоянием здоровья; - тактику силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия.

Код ОК, ПК	Умения	Знания
	<p style="text-align: center;">- применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению лиц, подозреваемых в совершении правонарушений.</p>	

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

СОДЕРЖАНИЕ

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

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. Способы самоконтроля за состоянием здоровья

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 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. Профилактика профессиональных заболеваний

Тема 7.1. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Раздел 8. Правовые основы в области физической культуры и спорта. Тактика силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия

Тема 8.1. Законодательство Российской Федерации в области физической культуры и спорта. Международные документы в области физической культуры и спорта. Локальные нормативные документы.

Раздел 9. Организация и проведение практических занятий, тренировок и спортивных соревнований

Тема 9.1. Положение о проведение спортивных соревнований среди обучающихся.

Раздел 10. Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии в области физической культуры и спорта обучающихся

Тема 10.1. Формирование у преподавателей и обучающихся информационно-образовательной культуры.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Форма обучения: очная

максимальная учебная нагрузка обучающегося – 360 часов, в том числе:

аудиторная учебная работа обучающегося (обязательные учебные занятия) – 172 часа;

внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося – 188 часов.

Промежуточная аттестация установлена в форме дифференцированного зачета.

Форма обучения: заочная

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 360 часов, в том числе:

аудиторной учебной работы обучающегося (обязательных учебных занятий) – 12 часов;

внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося – 348 часов.

Промежуточная аттестация установлена в форме дифференцированного зачета.