

**Аннотация  
к рабочей программе учебной дисциплины**

|        |                            |
|--------|----------------------------|
| СГЦ.04 | <b>Физическая культура</b> |
|--------|----------------------------|

**1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УД**

*1.1. Цели и задачи, требования к результатам освоения (знания, умения, компетенции)*

Цели • формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;

**Задачи:**

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений, и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 06, ОК 08.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код <sup>1</sup><br>ПК, ОК, ЛР   | Умения  | Знания   |
|--|---|--|
| ОК 04.;<br>ОК06.;<br>ОК08.;<br>ПК3.2.;<br>ПК4.6.<br>ЛР 1, ЛР 4,<br>ЛР 9, ЛР 11 | – использование разнообразных форм и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;<br>– владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;<br>– владение основными способами самоконтроля | - основ здорового образа жизни;<br>- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br>- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, увеличение продолжительности жизни;<br>- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <p>индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>– владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;</p> <p>– владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> | <p>подготовленности;</p> <p>- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности</p> |
|--|---|---|

### 1.2. Место дисциплины в структуре ППСЗ

Программа по учебной дисциплине «Физическая культура» является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело в части освоения дисциплин социально-гуманитарного цикла.

### 1.3. Количество часов на освоение программы – 112 ч

*Контроль результатов освоения УД (ПМ): виды текущего контроля, формы промежуточной аттестации*

**Форма текущего контроля:**

- устные ответы на вопросы темы
- тестирование (для спец. групп и освобожденных)
- проверка сообщений (для спец групп и освобожденных)
- проверка правильности выполнения упражнений,
- контрольные нормативы

**Форма промежуточного контроля:**

- зачет, дифзачет