

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04 «Физическая культура»

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	164
<i>Самостоятельная работа</i>	<i>36</i>
Объем образовательной программы	200
в том числе:	
теоретическое обучение	14
практические занятия	150
консультации	-
промежуточная аттестация	-
<i>Самостоятельная работа</i>	<i>36</i>
Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, дифференцированного зачета	

Планируемые результаты освоения дисциплины

Код ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 08	<p>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>- выполнять комплексы упражнений на развитие выносливости, равновесия, быстроты, скоростно-силовых качеств, координации движений</p>	<p>- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>- основы здорового образа жизни.</p>

Краткое содержание дисциплины

Раздел 1. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры
 Физическая культура в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
 Компоненты физической культуры
 Составление индивидуального плана физического развития
 Раздел 2. Основные виды общей физической подготовки
 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка
 Гимнастика
 Атлетическая гимнастика
 Раздел 3. Спортивные игры
 Волейбол
 Баскетбол
 Футбол