

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	128
в том числе:	
теоретическое обучение	-
практические занятия	112
самостоятельная работа	16
промежуточная аттестация проводится в форме <i>зачёта/дифференцированного зачёта</i>	-

Планируемые результаты освоения дисциплины

Код ОК	Умения	Знания
ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности 	<ul style="list-style-type: none"> - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения

Краткое содержание дисциплины

Основы здорового образа жизни. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Правила и способы проведения индивидуальных занятий.

Техника бега. Выполнение контрольных нормативов по легкой атлетике.

Техника игры в баскетбол. Выполнение элементов техники игры. Тактика игры в баскетбол.

Техника игры в волейбол. Выполнение элементов техники игры. Тактика игры в волейбол.

Общая физическая подготовка.