

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе дисциплины
СОО.01.06 Физическая культура / Адаптационная дисциплина для инвалидов
и лиц с ограниченными возможностями здоровья "Физическая культура"

1. Общая характеристика

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.02.2018 г. N 69.

2. Требования к результатам освоения.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

Знать:

формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, а также для подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; физические упражнения разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

технические приемы и двигательные действия базовых видов спорта;

Уметь:

использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе для подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО):

Навыки:

владения современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

владения основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

владения физическими упражнениями разной функциональной направленности, использования их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

владения техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активного применения их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере.

Иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

3. Содержание программы дисциплины:

1 курс: Раздел 1. Введение. Раздел 2. Физическая культура в общекультурной и

профессиональной подготовке студентов. Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры. Раздел 4. Здоровый образ жизни. Раздел 5. Спортивные игры (волейбол). Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол).

4. Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.