

Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины является составной частью основной профессиональной образовательной программы по ППКРС 29.01.24 Оператор электронного набора верстки, укрупненной группы 29.00.00 Технология легкой промышленности

В результате изучения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

-о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
-основы здорового образа жизни.

Разделы и темы учебной дисциплины:

- Раздел 1. Основы теоретических знаний физической культуры
- Раздел 2. Легкая атлетика
- Раздел 3. Гимнастика
- Раздел 4. Лыжная подготовка
- Раздел 5. Спортивные игры
- Раздел 6. Спортивно познавательный туризм

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

максимальной учебной нагрузки обучающегося 80 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 40 часа;
самостоятельной работы обучающегося 40 часов.

Вид промежуточной аттестации по учебной дисциплине – дифференцированный зачет.