

Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура»

По специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Автор-составитель: Пашина К.Н., преподаватель кафедры
общеобразовательных и социально-экономических дисциплин СЗФ ФГБОУ
ВО «РГУП» (г. Санкт-Петербург)

Цель изучения дисциплины	Основной целью физического воспитания обучающегося является формирование физической культуры личности.
Место дисциплины в структуре программы	Дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла базовой подготовки 40.02.01 Право и организация социального обеспечения. ОГСЭ.05.
Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)	Результатом освоением профессионального модуля является овладение обучающимися общими компетенциями. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач. Оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективность. ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.
Содержание дисциплины (модуля)	Тема 1. Легкая атлетика. Тема 2. Прикладная гимнастика. Тема 3. Атлетическая гимнастика.
Структура дисциплины (модуля), виды учебной работы	Общая трудоемкость дисциплины составляет 348 часов. К видам учебной работы относятся: <ul style="list-style-type: none">• Практические занятия 174 часов.• Самостоятельная работа 174 часов.

<p>Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины</p>	<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основы здорового образа жизни. • Организм человека и его функциональные системы. • Диагностику состояния здоровья и его оценку; самоконтроль. • Основы техники безопасности. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. • Определять индивидуальный уровень развития своих физических качеств, развивать свои двигательные способности, умения и навыки. • Использовать методы самоконтроля физических качеств. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Приобретение знаний в области физической культуры, укрепления здоровья для дальнейшей профессиональной деятельности.
<p>Технология поведения занятий</p>	<p>Активные и интерактивные образовательные технологии используемые в занятиях физической культурой:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Теоретическое обучение осуществляется в процессе проведения практических занятий, по отдельным темам с использованием мультимедийных презентаций. • Практические занятия проводятся с использованием специального оборудования: тренажеры, гантели, маты, гимнастические коврики, мячи, скакалки, теннисный стол.
<p>Используемые информационные, инструментальные и программные средства</p>	<p>Просмотр видео материалов и слайдов.</p>

Формы текущего контроля успеваемости	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.
Форма промежуточной аттестации	Формой промежуточной аттестации является дифференцированный зачет.