

**Аннотация**  
**к рабочей программе по учебной дисциплине**  
**СГ.04 Физическая культура**

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов (очная форма обучения), входящей в состав укрупненной группы профессий 09.00.00 Информатика и вычислительная техника, разработана в соответствии с федеральным государственным стандартом среднего профессионального образования по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. № 974.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются **знания:**

31 – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

32 – основы здорового образа жизни;

33 – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии;

34 – средства профилактики перенапряжения сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;

**умения:**

У1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

У2 – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

У3 – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии;

У4 – взаимодействовать с коллегами.

В результате освоения дисциплины у студентов будут формироваться следующие общие (ОК):

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

*Объем учебной дисциплины и виды учебной работы*

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>58</b>
из них в форме практической подготовки	12
<b>Обязательная аудиторная нагрузка</b>	<b>56</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	56

лабораторные работы	–
<b>Самостоятельная работа</b>	–
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>
в том числе дифференцированный зачет	2