

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины

ОП.04 Физическая культура

Дисциплина входит в общепрофессиональный цикл программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 15.01.32. Оператор станков с программным управлением (очная форма обучения).

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются:

знания:

З1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 - основы здорового образа жизни.

умения:

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

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

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	112
из них в форме практической подготовки	15
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	101
в том числе:	
теоретические занятия	30
практические занятия	71
лабораторные занятия	-
Самостоятельная работа	11
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета 2 часа	

Содержание дисциплины

Раздел 1. Физическая культура — часть общечеловеческой культуры

Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Раздел 3. Техника бега на короткие дистанции. Техника эстафетного бега.