

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОД.01.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

программы подготовки специалистов среднего звена
среднего профессионального образования специальности

53.02.02 Музыкальное искусство эстрады по виду Эстрадное пение

Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам).

Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина ОД.01.06 Физическая культура относится к дисциплинам Общеобразовательного учебного цикла.

Направлена на формирование:

- общих компетенций

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Цели и задачи дисциплины–требования к результатам освоения дисциплины:

Цель: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

- воспитание нравственных, физических качеств и свойств, необходимых для личностного и профессионального развития;
- создание целостного представления о физической культуре общества и личности, ее роли в личностном, социальном и профессиональном развитии специалиста;
- формирование осознанной потребности к физическому самовоспитанию, здоровому образу жизни;
- приобретение основ теоретических и методических знаний по физической культуре и спорту, обеспечивающих грамотное самостоятельное использование их средств, форм и методов;
- приобретение опыта творческого использования деятельности в сфере физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов

спорта;

– использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развития физических качеств, совершенствования техники движений; включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

Промежуточная аттестация по итогам освоения учебной дисциплины – дифференцированный зачет.