

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе дисциплины (профессионального модуля)

ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности: 08.02.02 Строительство и эксплуатация инженерных сооружений
3 года 10 месяцев

(нормативный срок обучения)

Год начала подготовки 2024 г.

1. Наименование образовательной программы, в рамках которой изучается дисциплина (профессионального модуля)

Дисциплина Физическая культура входит в основную образовательную программу по специальности Строительство и эксплуатация инженерных сооружений.

2. Общая трудоёмкость

Дисциплина Физическая культура изучается в объеме 220 часов, которые включают (6 ч. лекций, 166 ч. практических занятий, 48 ч. самостоятельных занятий, 0 ч. консультаций).

В том числе количество часов в форме практической подготовки: 166

3. Место дисциплины (профессионального модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Физическая культура относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу учебного плана.

Изучение дисциплины Физическая культура требует основных знаний, умений и компетенций студента по дисциплине: Физическая культура (общеобразовательная подготовка).

Дисциплина Физическая культура является предшествующей для подготовки выпускной квалификационной работы.

4. Требования к результатам освоения дисциплины (профессионального модуля):

Процесс изучения дисциплины Физическая культура направлен на формирование следующих **общих компетенций (ОК)**:

ОК 3 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 4 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 7 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате изучения дисциплины (профессионального модуля) студент должен:

Знать:

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

З2 – основы здорового образа жизни.

Уметь:

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

Иметь практический опыт:

П1 - использования разнообразных форм и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

П2- использования различных технологий укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3- применения основных способов самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

П3- владения физическими упражнениями разной функциональной направленности, использования их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П4- соблюдения требований к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.

5. Содержание дисциплины (профессионального модуля)

В основе дисциплины лежат 8 основополагающих разделов:

1. Основы физической культуры
2. Легкая атлетика
3. Баскетбол
4. Волейбол
5. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка
6. Гимнастика
7. Лыжная подготовка
8. Кроссовая подготовка

Обучение проходит в ходе аудиторной (практические занятия, лекции) и внеаудиторной (самостоятельной) работы обучающихся, что позволяет приобретать будущим специалистам необходимые знания, навыки и умения.

7. Формы организации учебного процесса по дисциплине (профессиональному модулю)

Изучение дисциплины Физическая культура складывается из следующих элементов:

- лекции по дисциплине (профессиональному модулю) в соответствии с рабочей программой и календарным планом;
- практические занятия;
- самостоятельная работа обучающегося при изучении учебного/теоретического материала (по конспектам лекций), изучение основной и дополнительной литературы;
- самостоятельная работа при подготовке к практическим занятиям;
- выполнение индивидуального или группового задания;
- подготовка к промежуточной аттестации.

При реализации дисциплины (профессионального модуля) предполагается организация практической подготовки, направленной на выполнение работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью. (*указывать при наличии*)

Подготовка к практическим занятиям и самостоятельное изучение отдельных рекомендуемых к изучению вопросов и выполнение курсового проекта осуществляется с использованием:

- лекционных материалов;
- рекомендуемой литературы;
- периодических изданий;
- сети «Интернет».

8. Виды контроля

Зачет – 3,4,5,6,7,8 семестр.

(форма промежуточной аттестации)