

АННОТАЦИЯ
рабочей программы
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

В результате освоения учебной дисциплины «Физическая культура» обучающийся должен

Знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

Уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения ППССЗ обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими способность:

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

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

Одними из рассматриваемых тем дисциплины являются: Бег на средние и длинные дистанции. Бег на короткие дистанции. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности. Прыжок в длину с места. Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Сдача контрольных нормативов. Метание снарядов. Методика обучения технике защиты.

Место дисциплины в структуре ППССЗ: учебная дисциплина «Физическая культура» является базовой дисциплиной общего гуманитарного и социально-экономического цикла при освоении специальности СПО 38.02.07 Банковское дело