

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Директор**

**Аннотация рабочей программы по специальности  
39.02.01 Социальная работа (1 курс)**

**Профессиональный цикл**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью рабочей основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СОО по специальности СПО 39.02.01 Социальная работа.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в повышении квалификации, профессиональной переподготовке специалистов и рабочих по специальности 39.02.01 Социальная работа при наличии основного общего, среднего (полного) общего образования, начального, среднего или высшего профессионального образования. Опыт работы не требуется.

**Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

-формирование физической культуры личности, включение в здоровый образ жизни , систематическое физическое совершенствование.

Для достижения этой цели необходимо решение задач :  
создание целостного представления о физической культуре,  
формирование осознанной потребности к физическому самосовершенствованию, здоровому образу жизни, воспитанию нравственных качеств, обеспечение профессионально прикладной физической подготовленности.

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

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

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

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

**Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **234** часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **117** часа;  
самостоятельной работы обучающегося **117** часа.

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>234</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>117</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	<b>117</b>
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>117</b>
в том числе:	
Рефераты	20
Работа с учебно- методической литературой	35
Составление комплексов упражнений	30
Самостоятельное освоения отдельных элементов техники упражнений	32
<i>Итоговая аттестация в форме зачета по итогам 1 -5 семестров и в форме дифференцированного зачета по окончании 6 семестра</i>	