

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Аннотация
рабочей программы по специальности
40.02.01 Право и организация социального обеспечения (2-3курс)

Профессиональный цикл

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Рабочая программа учебной дисциплины является частью рабочей основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО400201 Право и организация социального обеспечения (углублённая подготовка).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в повышении квалификации, профессиональной переподготовке специалистов и рабочих по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения (углублённая подготовка) 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 **244** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **122** часа;

самостоятельной работы обучающегося **122** часа.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	244
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	122
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	122
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	122
в том числе:	
Рефераты	20
Работа с учебно- методической литературой	40
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>	