Аннотация

к рабочей программе дисциплины СГ.04 Физическая культура

специальность 34.02.01 Сестринское дело

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Цель дисциплины: | получение теоретических и практических умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья и продления профессионального долголетия |
| 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы - компетенциями | |
| Планируемые результаты освоения образовательной программы (компетенции), формируемые в рамках дисциплины | Перечень планируемых результатов  обучения  по дисциплине |
| ОК 04, ОК 06, ОК 08,  ПК 3.2., ПК 4.6.  ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11 | **Знания:**  - основ здорового образа жизни;  - роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;  - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, увеличение продолжительности жизни;  - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;  - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности  **Умения:**  − использование разнообразных форм и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;  − владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;  − владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;  − владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;  - проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;  − владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). |
| 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы | Дисциплина относится к дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело, изучается обучающимися очной формы обучения в 1-4 семестрах |
| 4. Объём дисциплины в часах | 120 |
| 5. Вид промежуточной аттестации | зачет – 1-4 семестр |