

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Куижева Саида Казбековна

Должность: Ректор

Дата подписания: 16.07.2025 15:32:01

Уникальный идентификатор документа:  
71183e10940f9c0668b206d480771b3a1a975e6f

## Аннотация

### Учебной дисциплины СГЦ.04 Физическая культура программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина СГЦ.04 Физическая культура является основной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по профессии 109.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов

Дисциплина СГЦ.04 Физическая культура входит в социально-гуманитарный цикл.

**Количество часов на освоение программы (при очной форме обучения):**

максимальная учебная нагрузка обучающихся -64 часа, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся – 64 часа.

**Основные разделы и темы дисциплины:**

Раздел 1. Основы физической культуры.

Раздел 2. Легкая атлетика.

Раздел 3. Баскетбол.

Раздел 4. Волейбол.

Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

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

У2-применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

У3-пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии;

У4-взаимодействовать с коллегами.

**знать:**

31-роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

32-основы здорового образа жизни;

33-условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии;

34-средства профилактики перенапряжения;

35-сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей.

Образовательная и воспитательная деятельность направлена на формирование общих и профессиональных компетенций:

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 06-Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

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

**Вид промежуточной аттестации при очной форме обучения –зачет в 1 семестре, дифференцированный зачет во 2 семестре.**

Разработчик  
преподаватель

Председатель ПЦК  
естественнонаучных и технических  
дисциплин



А.И. Ахиджак

З.З.Схаляхо