

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Куижева Саида Казбековна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 23.03.2022 11:27:21  
Уникальный программный ключ:  
71183e1134ef9cfa69b206d480271b3c1a975e66

## Аннотация

### **рабочей программы дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений (техник)**

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу основной профессиональной образовательной программы.

Общая трудоемкость учебной дисциплины (при очной форме обучения) составляет 208 часов:

- аудиторные занятия – 160 часов;
- самостоятельная работа – 48 часов.

#### **Основные разделы и темы учебной дисциплины:**

Раздел 1. Физическая культура — часть общечеловеческой культуры

Раздел 2. Основные виды общей физической подготовки

- Легкая атлетика.
- Волейбол.
- Баскетбол.
- Футбол

#### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

В результате изучения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура 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 специальности при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов.

##### **знать:**

З1 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 - основы здорового образа жизни.

З3 - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов;

З4 - средства профилактики перенапряжения

З5 - способы реализации собственного физического развития.

#### **Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

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

ПК 3.5. Обеспечивать соблюдение требований охраны труда, безопасности жизнедеятельности и защиту окружающей среды при выполнении строительномонтажных, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов

**Вид промежуточной аттестации при очной форме обучения: зачет в 3-7 семестрах, дифференцированный зачет в 8-ом семестре.**