

## **АННОТАЦИЯ**

### **К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУП.12 Физическая культура**

**1.Общеобразовательная дисциплина** ОУП.12 Физическая культура является частью общеобразовательного цикла учебного плана 34.02.01 Сестринское дело, с учетом профессиональной направленности в соответствии с ФГОС.

**2.Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:** содержание программы общеобразовательной дисциплины ОУП.12 Физическая культура направлено на достижение следующих целей:

-развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально-культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

**Планируемые результаты:**

- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации ЗОЖ, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»(ГТО);
- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме с учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владеть техническими приемами двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно- оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга в профессионально-прикладной сфере;
- иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств(силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)

**3.Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

Общий объём учебной нагрузки обучающегося 78 часов, в том числе:

2 часа теории и практические занятия 76 часов.

Промежуточная аттестация по дисциплине ОУП.12 Физическая культура проводится в форме –дифзачета