

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФК.00 Физическая культура

1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС по профессии СПО **15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))**.

1.1. Место дисциплины в структуре ППКРС: дисциплина входит в раздел Физическая культура

1.2. Требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- использовать физкультурную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных профессиональных целей.

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

Формируемые компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством.

Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 63 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 42 часа;

самостоятельной работы обучающегося – 21 час

Содержание обучения по ФК. 00

Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Тема 1.1. Теоретические сведения: Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста

Тема 1.2. Развитие быстроты реакции

Тема 1.3. Развитие выносливости и подвижности суставов кисти

Тема 1.4. Совершенствование ручной и игровой ловкости

Тема 1.5. Развитие силы мышц необходимых для выбранной профессии

Тема 1.6. Профилактика профзаболеваний