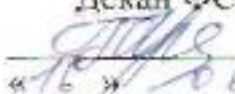


Министерство культуры Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ»**

Факультет социально-гуманитарного образования  
Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ  
Декан ФСГО  
 Н.А. Гангур  
«16» 06 2015 г.

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ОД.01.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

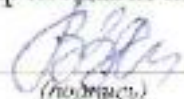
Специальность – 53.02.06 Хорошее дирижирование

Квалификации выпускника: дирижер хора, преподаватель

Профиль подготовки – гуманитарный

Форма обучения - очная

Составитель:  
Преподаватель

 В.В. Зайцев  
(подпись)

Краснодар  
2015

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель дисциплины – дать необходимый объем знаний, навыков, умений в области физической культуры; сформировать соответствующие компетенции.

Основные задачи:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно- оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями. Овладение студентами соответствующими компетенциями показывает готовность и способность выпускника к использованию физической культуры при решении социальных и профессиональных задач.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП СПО**

Место дисциплины в структуре ОПОП СПО Дисциплина ОД.01.06 Физическая культура входит в общеобразовательный учебный цикл основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальностям СПО.

Дисциплина «Физическая культура» тесно связана с дисциплинами «Естествознание», «Основы безопасности жизнедеятельности». Рабочая программа «Физическая культура» направлена на укрепление здоровья, повышение физического потенциала работоспособности обучающихся, на формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций. Программа содержит теоретическую и практическую части. Теоретический материал имеет валеологическую и профессиональную направленность. Его освоение обеспечивает формирование мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание обучающимися значения здорового образа жизни и двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда. Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий. Содержание учебно-методических занятий обеспечивает: ознакомление обучающихся с основами валеологии; формирование установки на психическое и физическое здоровье; освоение методов профилактики профессиональных заболеваний; овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями; знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья и профессиональной активности; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи. Темы учебно-методических занятий определяются по выбору из числа предложенных программой. На учебно-методических занятиях преподаватель проводит консультации обучающихся, на которых по результатам тестирования помогает определить индивидуальную двигательную нагрузку с оздоровительной и профессиональной направленностью. Учебно-тренировочные занятия содействуют развитию физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма,

укреплению здоровья обучающихся, а также предупреждению и профилактике профессиональных заболеваний.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины  
Общие компетенции:

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта общего образования в профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен: уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
  - выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
  - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
  - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
  - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
  - осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
  - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развития физических качеств, совершенствования техники движений;
  - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;
- знать:**
- о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
  - основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
  - способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.

### **4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Максимальная учебная нагрузка составляет 288 часа, включая:  
обязательная аудиторная нагрузка – 144 час., самостоятельная работа - 144 час.

Дисциплина реализуется в 1-4 семестрах. Форма промежуточной аттестации зачет после 1-3 семестров, дифференцированный зачет в 4 семестре.