Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Амрахов Гаджи Исламович
Должность: Директор
Дата подписания: 11.03.2026 17:53:15
Уникальный программный ключ:
5caf3de1ad3[illegible]

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе дисциплины

СГ.04 «Физическая культура»

Специальность 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Квалификация выпускника операционный логист

Нормативный срок обучения 2 года 10 месяцев

Форма обучения очная

Год начала подготовки 2025

1. Наименование образовательной программы, в рамках которой изучается дисциплина

Дисциплина «Физическая культура» входит в основную образовательную программу по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

2. Общая трудоёмкость

Дисциплина «Физическая культура» изучается в объеме 134 часа, которые включают 126 ч. практических занятий, 8ч. самостоятельных занятий.

В том числе количество часов в форме практической подготовки: 112 часа.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» относится к обязательной части общего гуманитарного и социально-экономического цикла учебного плана.

Дисциплина «Физическая культура» является предшествующей для подготовки выпускной квалификационной работы.

4. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура» направлен на формирование следующих общих компетенций (ОК):

ОК 04 – эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

– придерживаться здорового образа жизни;

– самостоятельно развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями;

– осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды;

– поддерживать уровень физического развития и функциональной подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

знать:

– ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;

– факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;

– основные требования к уровню психофизической подготовки к конкретной

профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.

– содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен иметь **практический опыт:**

– определения траектории личностного развития и самообразования в контексте требований современного общества;

– участия в деловом общении для эффективного решения деловых задач;

– организовывать собственное поведение, руководствуясь общечеловеческими ценностями;

– эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

– сохранения и укрепления здоровья посредством использования средств физической культуры.

5. Содержание дисциплины

В основе дисциплины лежат 7 основополагающих разделов:

1. Лекционный курс на темы: теоретические основы физической культуры; здоровье, основы здорового образа жизни; методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом, самоконтроль в процессе занятий
2. Инструкция по технике безопасности.
3. Общая и специальная физическая подготовка.
4. Испытания ВФСК «ГТО».
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
6. Оздоровительные системы.
7. Спортивные игры.

Обучение проходит в ходе аудиторной (лекционные и практические занятия) и внеаудиторной (самостоятельной) работы студентов, что позволяет приобретать будущим специалистам необходимые знания, навыки и умения.

6. Формы организации учебного процесса по дисциплине (профессионального модуля)

Изучение дисциплины «Физическая культура» складывается из следующих элементов:

- лекции в соответствии с рабочей программой и календарным планом;
- практические занятия;
- самостоятельное изучение проблем, вынесенных на практических занятиях;
- подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний;
- подготовка к итоговому зачету.

При реализации дисциплины (профессионального модуля) предполагается организация практической подготовки, направленной на выполнение работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Подготовка к лекционным, практическим занятиям и самостоятельное изучение отдельных рекомендуемых к изучению вопросов осуществляется с использованием:

- рекомендуемой литературы;
- периодических изданий;
- сети «Интернет».

7. Виды контроля

Зачет – 3-6 семестр.