

Комитет образования и науки Курской области
Областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Курский автотехнический колледж»



УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
/Ю.И. Угримова/
« 29 » августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

обще профессиональной дисциплины

ФК.01 Физическая культура

по профессии

23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей

Курск, 2018

Рассмотрена цикловой комиссией
дисциплин физического воспитания и ОБЖ
Протокол №1
от 29 августа 2018 г.

Председатель цикловой комиссии

 /С.А.Татаринов/

Разработана в соответствии с Федеральным
государственным образовательным
стандартом среднего профессионального
образования (Приказ Минобрнауки России
от 09.12.2016 №1578) по профессии 23.01.17
Мастер по ремонту и обслуживанию
автомобилей, на основании примерной
основной образовательной программы
23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию
автомобилей
Регистрационный номер: 23.01.17-170518
Дата регистрации в реестре: 18.05.2017

Составитель (автор): Степанова М.В., преподаватель

Аннотация к рабочей программе общепрофессиональной дисциплины
Физическая культура
по профессии 23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей

1. Место учебной дисциплины в структуре ППКРС: общепрофессиональная дисциплина входит в общепрофессиональный учебный цикл

2. Ожидаемые результаты образования и компетенции по завершении освоения общепрофессиональной дисциплины

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии;

знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии;
- средства профилактики перенапряжения.

Компетенции

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

3. Структура и содержание общепрофессиональной дисциплины

Тема 1.1. Общие сведения о значении физической культуры в профессиональной деятельности

Тема 1.2. Основы здорового образа жизни

Тема 1.3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

4. Методы и формы обучения:

- лекция с элементами беседы;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;
- консультация.

5. Формы контроля:

Текущий контроль:

- практическая работа;
- самостоятельная работа;
- доклад;
- сообщение;
- устный опрос;
- тестирование.

Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет.