

Аннотация программы учебной дисциплины **Ф.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.01 Право и организация социального обеспечения.

2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина относится к факультативам.

3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры;
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 24 часа,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 16 часов;
самостоятельной работы обучающегося 8 часов.