

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Агабекян Раиса Левонян  
Должность: ректор  
Дата подписания: 08.06.2021 16:15:16  
Уникальный программный ключ:  
4237c7ccb9b9e111bbaf1f4fcd9201d015c4dbaa123ff774747307b9b99b9e

Государственное аккредитованное некоммумерческое частное образовательное учреждение высшего образования «Академия маркетинга и социально-информационных технологий – ИМСИТ» (г. Краснодар)

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор Академии ИМСИТ,  
профессор Агабекян Р. Л.  
29 марта 2021г.

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОГСЭ.04 Физическая культура

**Специальность** 09.02.06 Сетевое и системное администрирование  
**Нормативный срок освоения ОПОП ПСССЗ** 2г. 10 мес.  
**Уровень подготовки** базовый  
**Наименования квалификации** Сетевой и системный администратор

#### Требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **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 (специальности)

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **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 (специальности)
- Средства профилактики перенапряжения

#### Перечень формируемых компетенций:

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

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

Программой учебной дисциплины предусмотрены следующие виды учебной работы:

Вид учебной деятельности	Объем часов всего
Объем общеобразовательной программы	180

<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>168</b>
<b>Консультации</b>	
<b>В том числе:</b>	
лекции	<b>12</b>
практические занятия лабораторные работы	<b>156</b>
Курсовая работа (если предусмотрена)	
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>12</b>
В том числе: самостоятельная работа над курсовой работой (если предусмотренная)	
Промежуточная аттестация	
Вид промежуточной аттестации – зачет дифф.зачет	<b>3 -7 семестр 8 семестр</b>