

**Аннотация рабочей программы по предмету  
«Адаптивная физическая культура»  
на базе специальной (коррекционной) школы**

**Профессия:** 18880, 16671 Столяр строительный; плотник.

**Нормативный срок обучения** 1 год 10 месяцев.

**Присваиваемая квалификация:** Столяр строительный – третий разряд; плотник – третий разряд.

Место учебной дисциплины в структуре программы: Коррекционная подготовка.

**Цель и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения предмета обучающийся должен уметь:

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- способы определения психического и физического здоровья;

- освоение методов профилактики профессиональных заболеваний;

- овладение приемами самомассажа, психорегулирующими упражнениями;

- знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи.

**Программой учебной дисциплины предусмотрены следующие виды учебной работы:**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	214
В том числе:	
Практические занятия	

Разработчик рабочей программы учебной дисциплины: преподаватель ГБПОУ НСО «Новосибирский центр профессионального обучения №1»  
\_\_\_\_\_ Н.И. Добровольский