

**Аннотация рабочей программы дисциплины
ОГСЭ.04 Физическая культура
ППССЗ 07.02.01 Архитектура (на базе среднего общего образования)**

1. Цель дисциплины:

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих **целей:**

- **развитие** физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- **формирование** устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью;
- **овладение** технологиями современных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- **овладение** системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- **освоение** системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- **приобретение** компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

Дисциплина относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу.

3. 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;

знать:

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

4. Общий объем дисциплины по очной форме обучения составляет:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 356 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 178 часов;
самостоятельной работы обучающегося – 178 часов.

5. Основные разделы дисциплины:

Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности

Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной, профессиональной и социальной подготовке специалиста

Тема 1.2. Социально-биологические основы физической культуры

Тема 1.3. Основы здорового образа и стиля жизни

Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Тема 2.1. Общая физическая подготовка

Тема 2.2. Легкая атлетика.

Тема 2.3. Спортивные игры

Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов

6. Дополнительная информация: промежуточная аттестация - зачет.