

## **Аннотация рабочей программы дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура**

**1. Цель дисциплины:** обладать знаниями о физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья обучающихся

**2. Место дисциплины в структуре ППСЗ:** Дисциплина относится к общему гуманитарному и социально-экономическому учебному циклу.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:  
обладать:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать её сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

Уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

- применять приобретенные навыки и умения в профессиональной деятельности

- организовывать собственную деятельность на основе теоретических и практических знаний о здоровом образе жизни.

Знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

- основы здорового образа жизни

**4. Общая трудоемкость дисциплины по очной форме обучения составляет:** максимально учебная нагрузка обучающегося 228 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная нагрузка обучающегося 4 часа;

- самостоятельная работа обучающегося 224 часа.

**5. Курс:** 1, 2

**6. Основные разделы дисциплины:**

Раздел 1. Легкая атлетика.

Раздел 2. Спортивные игры.

Раздел 3. Гимнастика.

Раздел 4. Лыжная подготовка.

Раздел 5. Плавание.

**7. Автор:** Морозова И.И., преподаватель Колледжа Псков ГУ.