

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

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

**2. Место дисциплины в структуре ПССЗ:**

Дисциплина относится к циклу общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать:

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 команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

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.

**4. Общая трудоемкость дисциплины по очной форме обучения составляет:** максимально учебная нагрузка обучающегося 212 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная нагрузка обучающегося 106 часов;

- самостоятельная работа обучающегося 106 часов.

**5. Семестры:** 3,4,5,6

**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.