

## Аннотация к рабочей программе дисциплины ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Дисциплина входит в общепрофессиональный цикл ППСЗ.

### Цели и задачи дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основы здорового образа жизни.

### Виды учебной работы и объём учебных часов

| Вид учебной работы                                     | Объем часов по очной форме | Объем часов по заочной форме |
|--|----------------------------|------------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)                  | 336                        | 336                          |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)       | 168                        | 2                            |
| в том числе:   |                            |                              |
| практические занятия                                   | 168                        | 2                            |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего)            | 168                        | 334                          |
| Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета |                            |                              |

### Содержание дисциплины

#### Введение

#### Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности

Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.

#### Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Тема 2.1. Легкая атлетика

Тема 2.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Тема 2.3. Спортивные игры

Тема 2.4. Общая физическая подготовка

Тема 2.5. Военно-прикладная физическая подготовка.

Составитель преп. Пономарева Т.С.

Председатель ЦК Титкова Н.П.