

Аннотация к рабочей программе дисциплины ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл ППССЗ.

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 объем 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: | | |
| теоретическое обучение | | 2 |
| лабораторные и практические занятия | 168 | |
| 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. Крестьянова В.В.

Председатель ЦК Титкова Н.П.