

Министерство образования и науки
Забайкальского края
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Приаргунский государственный колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по УПР
ГПОУ «ЛГК»
 Димова О. А.
«01» 09 2022г.

АННОТАЦИЯ
к программе учебной дисциплины
ОГСЭ.04 «Физическая культура»

АННОТАЦИЯ
к программе учебной дисциплины ОГСЭ.04 «Физическая культура»
для специальности
35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования

1. Область применения

Программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 «Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 32.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования

2. Место дисциплины в структуре программы подготовки.

Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу основной профессиональной образовательной программы.

3. Цели и задачи дисциплины (курса, модуля).

Цель освоения дисциплины:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных 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.

4. Требования к результатам освоения дисциплины (курса, модуля).

В результате освоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 «Физическая культура» у выпускника должны быть сформированы следующие компетенции:

Общие:

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

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

- основы здорового образа жизни;

- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

- средства профилактики перенапряжения

5. Объем учебных часов и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Количество часов
Обязательная аудиторная нагрузка при взаимодействии с преподавателем	160
в том числе:	
практические занятия	156
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	48
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

6. Формы контроля.

Форма промежуточной аттестации – **дифференцированный зачет.**

7. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности

Тема 1.1. Физическая культура личности

Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Тема 2.1 Общая физическая подготовка

Тема 2.2. Легкая атлетика

Тема 2.3. Настольный теннис

Тема 2.4. Футбол

Тема 2.5. Баскетбол

Тема 2.6. Волейбол

Тема 2.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Тема 2.8. Атлетическая гимнастика