# Аннотация на рабочую программу

**дисциплины ОГСЭ.05**

**Физическая культура**

Автор: Шумков А.А.

Структура программы:

1. Цель и задачи дисциплины.

2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины.

3. Объем дисциплины, виды учебной работы.

4. Содержание дисциплины.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

7. Методические рекомендации преподавателям.

8. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы.

**Целью** изучения учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждениях СПО является:

● формирование физической культуры личности с учетом возрастных

особенностей обучающихся и их подготовки к профессиональной деятельности;

● формирование устойчивой мотивации к самостоятельным занятиям

физической культурой и умении применять полученные знания в дальнейшей жизни.

**Задачи предмета:**

***Образовательные задачи:***

- содействие формированию навыков здорового, физически активного

образа жизни;

- освоение и обучение использованию на практике профилированных на будущую профессиональную деятельность физкультурных знаний,

двигательных умений и навыков, необходимых для организованных и

самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

- знакомство с духовными ценностями олимпизма и олимпийского

движения;

- освоение современных оздоровительных технологий, используемых в физическом воспитании учащейся молодежи.

***Воспитательные задачи:***

- содействие развитию и закреплению устойчивой потребности в физкультурно-оздоровительной и спортивной активности;

- воспитание бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как к социальной ценности;

- формирование навыков творческого сотрудничества в коллективных

формах занятий физическими упражнениями и участия в спортивных

соревнованиях;

- воспитание профессионально значимых качеств личности.

***Оздоровительные задачи:***

- содействие гармоничному физическому развитию, укреплению

организма и сохранению здоровья;

- повышение умственной работоспособности, профилактика заболеваний и стрессовых состояний средствами физической культуры;

- формирование здорового, физически активного образа жизни средствами физической культуры на основе освоения необходимых для этого знаний, умений, навыков и способов деятельности.

***Прикладные задачи:***

- усвоение знаний, формирование умений, навыков, физических качеств и координационных способностей, необходимых для будущей профессиональной деятельности;

- формирование специальных знаний и умений, обеспечивающих

безопасность жизнедеятельности;

- воспитание профессионально важных психологических и физических качеств для повышения устойчивости к воздействию факторов специфических условий труда;

- подготовка к использованию средств физической культуры для физического воспитания детей в семье.

В результате изучения данной дисциплины в общегуманитарном и социально-экономическом учебном цикле, обучающийся должен

**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.

Обязательная учебная нагрузка студента – 104 ч. (музыканты), 114ч. (ДПИ), 153 (ХТ) , время изучения – 5-8 семестры.