# Аннотация на рабочую программу

**предмета ОУП.10**

**Физическая культура**

Автор: Шумков А.А.

**Структура программы:**

1. Цель и задачи предмета.

2. Требования к уровню освоения содержания предмета.

3. Объем предмета, виды учебной работы и отчетности.

4. Содержание предмета.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение предмета.

6. Материально-техническое обеспечение предмета.

7. Методические рекомендации преподавателям.

8. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы.

**Целью** изучения учебного предмета «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 предмета, как общеобразовательного, обучающийся (специальности 54.02.02, 51.02.01) 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.

Изучение предметной области (для специальностей 53.02.03, 53.02.04, 53.02.05, 53.02.06) «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечить:

сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;

знание правил и владения навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;

владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;

умение действовать индивидуально и в группе в опасных чрезвычайных ситуациях.

Обязательная учебная нагрузка – 144 часа, время изучения – 1-4 семестры.