**Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура (аннотация)**

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности СПО «Судовождение».

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

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

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, социальном и физическом развитии человека;
* основы здорового образа жизни.

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 272 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 136 |
| в том числе: |  |
| практические занятия | 134 |
| контрольные работы (сдача контрольных нормативов) | 6 |
| Профессионально-прикладная физическая подготовка | 28 |
| Самостоятельная работа (всего) | 136 |
| в том числе: |  |
| Теоретические занятия | 2 |
|  |  |
| Итоговая аттестация в форме **дифференцированного зачета** | |

**Наименование разделов и тем дисциплины:**

Тема 1. Теоретические основы.

Тема 2. Легкая атлетика.

Тема 3. Гимнастика.

Тема 4. Спортивные игры.

Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Программа дисциплины соответствует требованиям ФГОС СПО.

В результате изучения дисциплины предусматривается развитие общих компетенций

ОК 1-10.