

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО «Эксплуатация внутренних водных путей».

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 основной 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.

Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 320 часов,

в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 160 часов;
- самостоятельной работы обучающегося - 160 часов.