**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

**ОГСЭ. 05 Физическая культура**

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| Общий объем программы **(всего)** | **184** |
| Объем программы во взаимодействии с преподавателем **(всего)** | 164 |
| в том числе: |  |
| практические занятия | 160 |
| теоретические занятия | 4 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 20 |
| **Итоговая аттестация** *в форме дифференцированного зачета* | |

**Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код  ПК, ОК | Умения | Знания |
| ***ОК3***  ***ОК 4***  ***ОК 6 ОК 7***  ***ОК 8*** | 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) | Роль 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 |