**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 6ОК 7******ОК 8*** | Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельностиПользоваться 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 |