

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Специальность: 35.02.07 Механизация сельского хозяйства.

Наименование дисциплины: ОГСЭ.04 Физическая культура

1. Цели и задачи учебной дисциплины:

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, профессиональном и социальном развитии человека
- основы здорового образа жизни.

2. Результаты освоения учебной дисциплины

Код	Наименование результата обучения	Номер и наименование темы
ОК 2.	Организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Тема 1, Тема 2, Тема 3, Тема 4, Тема 5, Тема 6.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Тема 1, Тема 2, Тема 3, Тема 4, Тема 5, Тема 6.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством.	Тема 1, Тема 2, Тема 3, Тема 4, Тема 5, Тема 6.

Содержание дисциплины:

Введение

1. Основы здорового образа жизни.
Физическая культура в обеспечении здоровья
2. Основы методики самостоятельных занятий
Физическими упражнениями.
3. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Практическая часть

1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.
2. Лыжная подготовка.
3. Гимнастика.

Спортивные игры:

4. Баскетбол.
5. Волейбол.
6. Футбол.