**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ/ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**Автор:** *Галина Александровна Борникова– преподаватель общеобразовательных дисциплин АСХТ – филиала ФГБОУ ВПО ОГАУ.*

**Специальность:** *23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта.*

**Наименование дисциплины:** ОГСЭ.04 Физическая культура

1. **Цели и задачи учебной дисциплины/профессионального модуля:**

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.

1. **Результаты освоения учебной дисциплины/профессионального модуля**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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. | 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. |
| ОК 3. | Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность. | 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. |
| ОК 6. | Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством. | 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. |

**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.