

**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
ОГСЭ. 04 Физическая культура**

**Специальность СПО: 12.02.09 Производство и эксплуатация оптических и оптико-электронных приборов и систем**

**Нормативный срок освоения основной образовательной программы:** на базе среднего общего образования 2 года 10 месяцев и на базе основного общего образования 3 года 10 месяцев

**Уровень подготовки:** базовый

**Наименование квалификации:** техник

**Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл

**Цель и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- 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 специальности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- 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

**Программой учебной дисциплины предусмотрены следующие виды учебной работы:**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем учебной дисциплины</b>	<b>158</b>
<b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>158</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	8
практические занятия	144
промежуточная аттестация	6
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

Структура и краткое содержание обучения по учебной дисциплине **Физическая культура**

Наименование разделов	Содержание	Объем часов
<b>Раздел 1 Основы физической культуры</b>	Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	<b>8</b>
<b>Раздел 2 Легкая атлетика</b>	Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места. Бег на длинные дистанции. Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов	<b>42</b>
<b>Раздел 3 Баскетбол</b>	Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение –2 шага – бросок. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	<b>40</b>
<b>Раздел 4 Волейбол</b>	Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками. Техника нижней подачи и приёма после неё. Техника прямого нападающего удара. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	<b>40</b>
<b>Раздел 5 Легкоатлетическая гимнастика</b>	Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	<b>10</b>
<b>Раздел 6 Лыжная подготовка</b>	Лыжная подготовка	<b>12</b>

**Разработчик рабочей программы учебной дисциплины:** ГБПОУ НСО «Новосибирский авиационный технический колледж имени Б.С.Галуцака»