

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

**Специальность СПО: 31.02.04 Медицинская оптика**

**Нормативный срок освоения ППССЗ** на базе среднего общего образования 2 года  
10 месяцев и на базе основного общего образования 3 года 10 месяцев

**Уровень подготовки** базовый

**Наименование квалификации** (базовой) подготовки медицинский оптик

Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

ОГСЭ.00 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;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>344</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>172</b>
в том числе:	
практические занятия	172
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>172</b>
в том числе:	
Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики (УГГ)	30
Выполнение УГГ, общеразвивающих упражнений (ОРУ)	70
Оздоровительный бег в умеренном темпе	25
Бег на лыжах и на коньках	30
Посещение соревнований	17
<b>Итоговая аттестация</b> в форме дифференцированного зачета	

**Разработчик рабочей программы учебной дисциплины:**

- преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ НСО «Новосибирский авиационный технический колледж имени Б.С.Галуцака» \_\_\_\_\_

А.В.Иконников