**Аннотация на рабочую программу**

**ОД.01.06 Физическая культура**

Программа разработана преподавателем

ПЦК «Общеобразовательные дисциплины»

Гареевым И.Г.

Структура программы:

1.Паспорт рабочей программы:

1.1 Область применения программы.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины, требования к результатам освоения учебной дисциплины.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины.

2. Структура и содержание учебной дисциплины:

2.1 Объём учебной дисциплины и виды учебной работы.

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины.

3. Условия реализации учебной дисциплины:

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

3.2 Информационное обеспечение обучения.

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

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

* составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
* выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
* выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
* осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;
* соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
* осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
* использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
* включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;

**знать:**

* о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
* основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
* способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать **общими компетенциями,** включающими в себя способность:

ОК.10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Обязательная учебная нагрузка студента – **144** часа, время изучения **– 1-4** семестр.