

**Аннотация рабочей программы дисциплины
СГЦ.04 «Физическая культура»
среднего профессионального образования
специальности 19.02.11 «Технология продуктов питания из растительного сырья»
(направленность: Технология растительных масел, жиров и жирозаменителей)**

1. Место дисциплины в структуре ОП СПО

Учебная дисциплина СГЦ.04 «Физическая культура» является обязательной дисциплиной социально-гуманитарного учебного цикла

Дисциплина СГЦ.04 «Физическая культура» реализуется в 3-7 семестре при сроке получения среднего профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена 3 года 10 месяцев.

2. Цели и задачи дисциплины, планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

Содержание дисциплины СГЦ.04 «Физическая культура» направлено на достижение следующих **целей**:

- 1) формирование физической культуры личности;
- 2) способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- 3) психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК-08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения учебной 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 данной специальности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

3.Общая трудоемкость дисциплины

Учебная нагрузка (всего) 212 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 212 часов.

4. Содержание дисциплины.

Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ

Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика

Раздел 3. Волейбол

Раздел 4. Баскетбол

Раздел 5. Гимнастика

Раздел 6. Бадминтон

Раздел 7. Настольный теннис

Раздел 8. Плавание

Раздел 9. Лыжная подготовка

Раздел 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

5. Форма промежуточной аттестации – дифференцированный зачет.

6. Разработчик рабочей программы – преподаватель Поваляева Т.В.