

**Аннотация по дисциплине**  
**ОГСЭ.04 Физическая культура**  
**35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство**

Курс 2,3 Семестр 3,4,5

Количество часов:

всего: 114

практических занятий - 114 час,

самостоятельных занятий - - час.

**Цели дисциплины:**

*Цель дисциплины:* освоить умения и знания:

уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни

**Задачи дисциплины:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

**Место учебной дисциплины в структуре ПССЗ:**

учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл ОГСЭ.00. Изучение дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура обеспечивает сохранение и укрепление здоровья обучающихся для освоения дисциплин и модулей профессиональной подготовки по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство.

## Результаты обучения (компетенции, знания, умения, практический опыт):

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
Знать	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.
Уметь	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

## Содержание и структура дисциплины

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоятельная работа обучающегося (час)
<b>3 семестр</b>					
1.	<b>Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.</b>	<b>114</b>	-	<b>114</b>	-
2.	Тема 1.1. Легкая атлетика	22	-	22	-
3.	Тема 1.2. Гимнастика	10	-	10	-
<b>4 семестр</b>					
4.	<b>Тема 1.3. Спортивные игры</b>	<b>36</b>	-	<b>36</b>	-
5.	Баскетбол	10	-	10	-
6.	Волейбол	10	-	10	-
7.	Футбол	8	-	8	-
8.	Бадминтон	8	-	8	-
<b>5 семестр</b>					
9.	<b>Тема 1.4. Общая физическая подготовка</b>	<b>10</b>	-	<b>10</b>	

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоят. работа обучающегося (час)
10.	<b>Тема 1.5. Атлетическая гимнастика</b>	<b>10</b>	-	<b>10</b>	
11.	<b>Тема 1.6. Плавание</b>	<b>10</b>	-	<b>10</b>	
12.	<b>Тема 1.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>	<b>16</b>	-	<b>16</b>	
	<b>Всего</b>	<b>114</b>	-	<b>114</b>	

**Курсовые проекты (работы):** *не предусмотрены*

**Интерактивные образовательные технологии,** используемые на занятиях: технология уровневой дифференциации обучения, личностно-ориентированная технология, игровая технология, здоровьесберегающая технология.

**Вид аттестации:** зачёт (3, 4, 5 семестр)

### **Основная литература**

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517442>

2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

**Автор:** Соловьева Светлана Анатольевна.