

**Аннотация по дисциплине
ОГСЭ.05 Физическая культура
54.02.01 Дизайн (по отраслям)**

Курс 2,3,4 Семестр 3,4,5,6,7

Количество часов:

всего: 190

практических занятий - 190 час.

самостоятельные занятия _- _ час

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 ППСЗ: учебная дисциплина ОГСЭ.05 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл ОГСЭ.00. Изучение дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура обеспечивает сохранение и укрепление здоровья обучающихся для освоения дисциплин и модулей профессиональной подготовки по специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям).

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

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
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

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоят. работа обучающегося (час)
3 семестр					
1.	Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.	190	-	190	-
2.	Тема 1.1. Легкая атлетика	22	-	22	-
3.	Тема 1.2. Гимнастика	10	-	10	-
4 семестр					
4.	Тема 1.3. Спортивные игры	42	-	42	-
5.	Баскетбол	14	-	14	-
6.	Волейбол	14	-	14	-
7.	Футбол	14	-	14	-
5 семестр					
8.	Бадминтон	8	-	8	-
9.	Тема 1.4. Общая физическая подготовка	24	-	24	-

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоят. работа обучающегося (час)
6 семестр					
10.	Тема 1.5. Плавание	20	-	20	-
11.	Тема 1.6. Атлетическая гимнастика	18	-	18	-
7 семестр					
12.	Тема 1.7. Подвижные игры.	12	-	12	-
13.	Тема 1.8. Профессионально-прикладная физическая подготовка	34	-	34	-
	Всего	190	-	190	-

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, 6, 7 семестр)

Основная литература

1. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565611>

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, 2025. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560907>

Авторы: Соловьева Светлана Анатольевна