

**Аннотация рабочей программы
дисциплины ОГСЭ.04. Физическая культура
Специальность 34.02.01 Сестринское дело**

1. Область применения программы.

Рабочая программа дисциплины ОГСЭ.04. Физическая культура составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Цель дисциплины:

- формирование здорового образа жизни и спортивного стиля жизни, воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в физическом саморазвитии и самосовершенствовании.

2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

Дисциплина ОГСЭ.04. Физическая культура относится к обязательной части общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла ППССЗ базовой подготовки по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Для освоения дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура обучающиеся используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин ОУД.06 Физическая культура.

Освоение дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура является необходимой основой для последующего изучения профессиональных модулей: ПМ.01; ПМ.02; ПМ.03; ПМ.04.

3. Требования к результатам освоения дисциплины.

Освоение содержания дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

Обучающийся должен **знать**:

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

Обучающийся должен **уметь**:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
 - подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
 - организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
 - активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций:

Общие компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профес-

сии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.

ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

Самостоятельная работа студента предусматривает отработку техники медленного бега на выносливость, подготовку к сдаче зачета по кроссу, выполнение комплекса упражнений УГГ, подтягивание (ю), подтягивание на низкой перекладине (д), совершенствование ОФП, внеаудиторные занятия в спортивных клубах, секциях.

4.Общая трудоемкость дисциплины составляет:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - **348** часов:

в т.ч. обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **182**

часа, из них самостоятельной работы обучающегося - **166** часов.