**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Московской области**

«Воскресенский колледж»

# Аннотация к рабочей программе дисциплины БД.06 Физическая культура

**Специальность: 27.02.07 УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ ПРОДУКЦИИ, ПРОЦЕССОВ И УСЛУГ (ПО ОТРАСЛЯМ)**

## Содержание

1. Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования и примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением

«Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») от 21.07.2015 г.

1. **Цели и задачи учебной дисциплины** – требования к результатам освоения учебной дисциплины: В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

* проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции осанки, телосложения разрабатывать индивидуальные планы двигательного режима
* составлять и выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, силовой гимнастики

знать: - о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;

* возрастные особенности развития ведущих психофизических качеств и возможности их формирования средствами физической культуры
* основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств, систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, социально-биологические основы физической культуры и спорта
* основы здорового образа жизни.

## Количество часов на изучение дисциплины БД.06 физическая культура:

* максимальной учебной нагрузки обучающихся – 114 часов;
* обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 110 часа; в том числе практические занятия – 110 часов;
* самостоятельной работы обучающегося – 4 часов;
1. **Перечисление основных разделов дисциплины:** Раздел 1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка Раздел 2. Лыжная подготовка.

Раздел 3. Гимнастика. Раздел 4. Спортивные игры

**Итоговая аттестация:** дифференцированный зачет. 6)**Разработчик:** преподаватель физической культуры Яскевич Г. С.