**Аннотация учебной программы дисциплины**

**ОГСЭ.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Программа учебной дисциплины Физическая культура составлена в соответствие с Федеральным государственным стандартом среднего профессионального образования по специальности СПО 40.02.01 «Право и организация социального обеспечения», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2014 г., № 508 г.

Программа предназначена для реализации требований к содержанию и уровню подготовки специалистов в области разработки, внедрения и сопровождения автоматизированных информационных систем.

**Место дисциплины в структуре ОПОП**: Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к циклу общеобразовательных дисциплин. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые в ходе предшествующих занятий по дисциплине «Физическая культура».

**Результаты освоения дисциплины:** ОК 2 ОК 3 ОК 6 ОК 10

**Цель и задачи дисциплины**: Целями освоения дисциплины является формирование физической культуры личности. В ходе освоения дисциплины студент должен решать такие задачи как:

• понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности

• знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни

• формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом

• овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психологического благополучия, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре

• обеспечение общей и профессионально -прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студентов к будущей профессии

• приобретение и накопление опыта творческого использования физкультурно -спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

**Содержание дисциплины**:

Раздел 1. Теоретический

Тема 1. Физкультура в общественной и профессиональной подготовке менеджера

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Тема 3. Методика эффективных способов владения жизненно важными умениями и навыками.

Тема 4. Методика организации и проведения туристических походов, методика регулирования психоэмоционального состояния.

Раздел 2. Практический

Тема 5. Бег на короткие дистанции

Тема 6. Бег на средние дистанции

Тема 7. Бег на длинные дистанции. Кросс

Тема 8. Строевые приемы и команды

Тема 9. Баскетбол и волейбол

**Форма контроля**: Дифференцированный зачет