

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.05 Физическая культура**  
**по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело**

**Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

Количество часов на освоение программы дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося 166 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 156 часов;
- самостоятельная работа обучающегося - 8 часов;
- промежуточная аттестация - *дифференцированный зачет*.

**В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями:**

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

***уметь:***

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)

***знать:***

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения