

**Аннотация учебной дисциплины**  
**ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

специальность 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

**Область применения учебной программы**

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

**Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Дисциплина ОГСЭ.05 Физическая культура входит в профессиональный модуль ПП (профессиональная подготовка) – общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

Для освоения дисциплины учащиеся используют знания, умения и навыки, сформированные при изучении дисциплины БД.04 «Физическая культура», входящей в состав базовых дисциплин общеобразовательной подготовки среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования. Формирование компетенций по ним не предусмотрено.

**Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

– основы здорового образа жизни.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 160 часов, в том числе:

– обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 160 часов;

– самостоятельная работа обучающегося не предусмотрена.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Перечень формируемых компетенций)**

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК.08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
		3	4	5
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	160	32	74	54
В том числе:				
практические занятия (практикумы)	156	28	74	54
лекционные занятия	4	4		
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	зачёт
Общая трудоемкость	160	32	74	54

### Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
<b>3 семестр</b>				
<b>Раздел 1. Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры</b>				
<b>Тема 1.1.</b> Социально-биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни	4	4	-	-
<b>Тема 1.2.</b> Развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств	12	-	12	-
<b>Тема 1.3.</b> Совершенствование профессионально значимых двигательных умений и навыков	8		8	-
<b>Тема 1.4.</b> Специальные двигательные умения и навыки	8	-	8	-
<b>4 семестр</b>				
<b>Раздел 2. Физкультурно-спортивная деятельность - средство укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</b>		-		

<b>Тема 2.1.</b> Влияние физической культуры и здорового образа жизни на обеспечение здоровья и работоспособности	18	-	18	-
<b>Тема 2.2.</b> Использование спортивных технологий для совершенствования профессионально значимых двигательных умений и навыков	24	-	24	-
<b>Тема 2.3.</b> Совершенствование общей и специальной профессионально-прикладной физической подготовки	20	-	20	-
<b>Тема 2.4.</b> Совершенствование навыков и умений, необходимых для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации и действий в экстремальных ситуациях	12	-	12	-
<b>5 семестр</b>				
<b>Раздел 3.</b> <b>Физическая культура и здоровый образ жизни в обеспечении профессиональной деятельности и качества жизни</b>				
<b>Тема 3.1.</b> Использование средств физической культуры и спорта для обеспечения эффективной профессиональной деятельности и улучшения качества жизни	54	-	54	-
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>160</b>	<b>4</b>	<b>156</b>	<b>-</b>

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – **зачет**.

**Основная литература:**

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 493 с. - URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/0A9E8424-6C55-45EF-8FBB-08A6A705ECD9#page/1>
2. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 424 с. - URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E#page/1>

Автор РПД ОГСЭ.05 Физическая культура – Дерябина А.Л.