

Аннотация по дисциплине
ОГСЭ.04 Физическая культура
38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

Курс 2,3 Семестр 3,4,5

Количество часов:

всего: 164 час.,

лекционных занятий - 4 час,

практических занятий - 160 час.

Цели дисциплины:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи дисциплины:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной

- организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл ОГСЭ.00. Изучение дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура обеспечивает сохранение и укрепление здоровья обучающихся для освоения дисциплин и модулей профессиональной подготовки по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям).

Результаты обучения (компетенции, знания, умения, практический опыт):

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК 1	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 3	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 4	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
Знать	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;
Уметь	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Содержание и структура дисциплины

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоя-тельная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
	3 семестр					
1.	Раздел 1. Научно методические основы формирования физической культуры личности	4	4	-	-	-

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоя-тельная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
2.	Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры.	2	2	-	-	-
3.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни.	2	2	-	-	-
4.	Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.	160	-	160	-	-
5.	Тема 2.1. Легкая атлетика	20	-	20	-	-
6.	Тема 2.2. Гимнастика	8	-	8	-	-
4 семестр						
7.	Тема 2.3. Плавание	10	-	10	-	-
8.	Тема 2.4. Атлетическая гимнастика	20	-	20	-	-
9.	Тема 2.5. Спортивные игры	58	-	58	-	-
10.	Баскетбол	18	-	18	-	-
11.	Волейбол	18	-	18	-	-
12.	Бадминтон	10		10		
13.	Футбол	12		12		
5 семестр						
14.	Тема 2.6. Общая физическая подготовка	20	-	20	-	-
15.	Тема 2.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка	24	-	24	-	-
Всего		164	4	160	-	-

Курсовые проекты (работы): *не предусмотрены*

Интерактивные образовательные технологии, используемые на занятиях: технология уровневой дифференциации обучения, личностно-ориентированная технология, игровая технология, здоровьесберегающая технология.

Вид аттестации: зачёт (3, 4, 5 семестр)

Основная литература

Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/433532>

Авторы: Вячеслав Юрьевич Дерябин, Светлана Анатольевна Соловьева.