

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)  
уровень подготовки – базовая**

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура разработана на основе требований ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Программа включает в себя: паспорт рабочей программы учебной дисциплины; структура и содержание учебной дисциплины; образовательные технологии; условия реализации программы дисциплины; перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины; методические указания для обучающихся по освоению дисциплины; оценочные средства для контроля успеваемости; дополнительное обеспечение дисциплины.

**1.1 Область применения 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).

**1.2 Место учебной дисциплине в структуре программы подготовки специалистов среднего звена**

Дисциплина относится к профессиональной подготовке и входит в состав дисциплин общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

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

В результате изучения обязательной части учебного цикла обучающийся должен уметь:

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

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

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

**Формируемые компетенции:**

Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

**1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 280 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 162 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 118 часов.

**1.5 Тематический план учебной дисциплины**

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих разделов и тем:

Наименование разделов и тем	Всего	Количество аудиторных часов		Самостоятельная работа обучающегося (час)
		Теоретическое обучение	Практические занятия	
Тема 1. Легкая атлетика	56	2	30	24
Тема 2. Гимнастика с использованием гимнастических	56	2	30	24

упражнений и гимнастических снарядов				
Тема 3. Спортивные игры	56		34	22
Тема 4. Виды спорта (по выбору)	58		34	24
Тема 5. Силовая подготовка	54		30	24
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>280</b>	<b>4</b>	<b>158</b>	<b>118</b>

### 1.6 Вид промежуточной аттестации

3,4,5,6 семестр – зачет

### 1.7 Основная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/437146>
2. 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>

Составитель: преподаватель СПО Папулов Р.Г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ОГСЭ.05 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)  
уровень подготовки – базовая**

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.05 Адаптивная физическая культура разработана на основе требований ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Программа включает в себя: паспорт рабочей программы учебной дисциплины; структура и содержание учебной дисциплины; образовательные технологии; условия реализации программы дисциплины; перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины; методические указания для обучающихся по освоению дисциплины; оценочные средства для контроля успеваемости; дополнительное обеспечение дисциплины.

#### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.05 Адаптивная 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).

#### 1.2 Место учебной дисциплине в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина относится к профессиональной подготовке и входит в состав дисциплин общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

#### 1.3 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- историю принципов и методов специфики системы адаптивного физического воспитания и развития лиц с ограниченными возможностями здоровья, ее роли и места в общей системе физической культуры и спорта;
- специальную терминологию физкультурно-спортивной отрасли;
- организационную структуру профессиональной деятельности в сфере

адаптивной физической культуры и спорта;

- психолого-педагогические основы профессионального общения;
- основы организации адаптивного физического обучения, воспитания, тренировочной работы, спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья;
- основы моделирования и прогнозирования различных сторон адаптивной физкультурно-спортивной деятельности;
- требования нормативных документов, регулирующих профессиональную деятельность в области адаптивной физической культуры;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

определять общие и конкретные цели, задачи адаптивной физкультурно-оздоровительной работы, физического воспитания, спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья, с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей, возможностей, отклонений;

использовать инновационные адаптивные технологии обучения и воспитания в профессиональной деятельности;

оценивать эффективность используемых средств и методов организации адаптивных физкультурно-спортивных мероприятий;

изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся адаптивной физкультурно-спортивной деятельностью с позиций достижений специальной психолого-педагогической науки и использовать полученную информацию в работе с ними;

применять нормативно-правовую документацию, регламентирующую профессиональную деятельность;

выбирать оптимальные методы и средства решения профессиональной задачи;

- самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний и умений, развития общих и профессиональных компетенций;

- самостоятельно находить и использовать различные источники информации для организации адаптивных физкультурно-оздоровительных, спортивных занятий и массовых, в том числе и международных, мероприятий.

#### **Формируемые компетенции:**

Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

#### **1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 280 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 162 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 118 часов.

#### **1.5 Тематический план учебной дисциплины**

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих разделов и тем:

Наименование разделов и тем	Всего	Количество аудиторных часов		Самостоятельная работа обучающегося
		Теоретическое обучение	Практические занятия	
Тема 1. Оздоровительная, лечебная и адаптивная физическая культура	70	4	38	28
Тема 2. Оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура	68	-	38	30

Тема 3. Терренкур и легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке	72	-	42	30
Тема 4. Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке	70	-	40	30
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>280</b>	<b>4</b>	<b>158</b>	<b>118</b>

### 1.6 Вид промежуточной аттестации

3,4,5,6 семестр – зачет

### 1.7 Основная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/437146>

2. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07862-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/438978>

3. 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>

Составитель: преподаватель СПО Папулов Р.Г.