

**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.10 «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 162 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная нагрузка обучающегося 162 часа.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций).

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
1.	ОК-8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных	

		и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения	ных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	
--	--	--	---	--	--

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		3	4	5	6
Аудиторные занятия (всего)	162	32	88	26	16
В том числе:					
практические занятия (практикумы)	158	28	88	26	16
лекционные занятия	4	4			
самостоятельная работа					
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	зачёт	зачёт
Общая трудоемкость	162	32	88	26	16

Структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
3 семестр				
Раздел 1. Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры				
Тема 1.1. Социально-биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни	4	4	-	4
Тема 1.2. Развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств	12	-	12	12

Тема 1.3. Совершенствование профессионально значимых двигательных умений и навыков	8	-	8	8
Тема 1.4. Специальные двигательные умения и навыки	8	-	8	8
4 семестр				
Раздел 2. Физкультурно-спортивная деятельность - средство укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей				
Тема 2.1. Влияние физической культуры и здорового образа жизни на обеспечение здоровья и работоспособности	42	-	42	22
Тема 2.2. Использование спортивных технологий для совершенствования профессионально значимых двигательных умений и навыков	46	-	46	22
5 семестр				
Тема 2.3. Совершенствование общей и специальной профессионально-прикладной физической подготовки	18	-	18	18
Тема 2.4. Совершенствование навыков и умений, необходимых для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации и действий в экстремальных ситуациях	8	-	8	8
6 семестр				
Раздел 3. Физическая культура и здоровый образ жизни в обеспечении профессиональной деятельности и качества жизни				
Тема 3.1. Использование средств физической культуры и спорта для обеспечения эффективной профессиональной деятельности и улучшения качества жизни	16	-	16	16
Всего по дисциплине	162	4	158	118

Вид промежуточной аттестации – зачёт (3-6 семестр).

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, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513286>
2. Кузнецов, В. С., Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:<https://book.ru/book/940094>

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Е. Шивринская, Т. А. Завьялова, А. А. Кылосов [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 189 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/515408> . - Режим доступа: для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-08356-9.
5. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко [и др.]. - Москва : Юрайт, 2023. - 424 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/511813> - Режим доступа: для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-02612-2.

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