

**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:**

*Цель дисциплины:* освоить умения и знания:

уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

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

**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):**

<b>Код компетенции</b>	<b>Формулировка компетенции</b>
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**

№ раздела 1	Наименование разделов 2	Количество часов			
		Все го	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоятельная работа обучающегося (час)
<b>3 семестр</b>					
1.	<b>Раздел 1. Научно методические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>4</b>	4	-	-
2.	Тема 1.1. Физическая культура и спорт как социальное и культурное явления. Социально-биологические основы физической культуры.	<b>2</b>	2	-	-
3.	Тема 1.2. Основы здорового образа и стиля жизни. Составление индивидуального комплекса физических упражнений.	<b>2</b>	2	-	-
4.	<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.</b>	<b>160</b>	-	<b>160</b>	-

№	Наименование разделов	Количество часов			
5.	Тема 2.1. Легкая атлетика	20	-	20	-
6.	Тема 2.2. Гимнастика	8	-	8	-
<b>4 семестр</b>					
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	
<b>5 семестр</b>					
14.	Тема 2.6. Общая физическая подготовка	20	-	20	-
15.	Тема 2.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка	24	-	24	-
<b>Всего</b>		<b>164</b>	<b>4</b>	<b>160</b>	<b>-</b>

**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**

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>
2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. —

(Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст :  
электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —  
URL: <https://urait.ru/bcode/536838>

**Автор:** Соловьева Светлана Анатольевна.