

## Аннотация

### ОГСЭ.04. Физическая культура/Адаптивная физическая культура

#### 1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС для специальности: (укрупненная группа специальностей 38.00.00 Экономика и управление), 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), для обучающихся очной формы обучения.

#### 2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина ОГСЭ.04. Физическая культура/Адаптивная физическая культура относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу. Дисциплина реализуется в рамках обязательной части.

#### 3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

| ОК    | Умения  | Знания   |
|-------|---|--|
| ОК 01 | распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) | актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности |
| ОК 02 | определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска   | номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации  |
| ОК 03 | определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования   | содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования   |
| ОК 04 | организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности   | психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной   |

|       |  |  |
|-------|--|--|
|       |  | деятельности   |
| ОК 08 | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности | роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

| <i>Вид учебной работы</i>   | <i>Объем часов</i> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>252</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>126</b>         |
| в том числе:  |                    |
| лекции (уроки)  | -                  |
| практические занятия  | 126                |
| лабораторные занятия  | -                  |
| курсовая работа (проект) (если предусмотрена)   | -                  |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>  | <b>126</b>         |
| Промежуточная аттестация в форме:<br>- <i>других форм контроля (контрольной работы)</i> – на базе основного общего образования – в <i>третьем, четвертом и пятом</i> семестрах;<br>- <i>дифференцированного зачета:</i> – на базе основного общего образования – в <i>шестом</i> семестре |                    |

##### 4.2. Содержание дисциплины

Тема 1. *Оздоровительная, лечебная и Физическая культура/Адаптивная физическая культура.*

Тема 2. *Оздоровительные системы физических упражнений и Физическая культура/Адаптивная физическая культура.*

Тема 3. *Терренкур и легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке.*

Тема 4. *Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке.*

Тема 5. *Совершенствование профессионально значимых двигательных умений и навыков*