**Аннотация**рабочей программы учебной дисциплины
**ОГСЭ.05 Физическая культура/адаптивная физическая культура**

 **1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы
в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).
**2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины**В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| КодОК, ПК,ЛР | Умения | Знания |
| ОК 01.ОК 02.ОК 03.ОК 04.ОК 08.ЛР 7ЛР 9ЛР 11ЛР 14 | Использовать физкультурно-оздоровительную практику дляукрепления здоровья, достиженияжизненных и профессиональныхцелей;Применять рациональные приемыдвигательных функций впрофессиональной деятельности.Пользоваться средствамипрофилактики перенапряженияхарактерными для данной профессии(специальности).Взаимодействовать в группе икоманде | Роль физической культуры вобщекультурном,профессиональном и социальномразвитии человека;Основы здорового образа жизни;Условия профессиональнойдеятельности и зоны рискафизического здоровья дляпрофессии (специальности);Средства профилактики и снятияперенапряжения во времяумственного труда;Средства профилактикипрофессиональных заболеваний |

**3. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем в часах** |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 160 |
| Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем: | 116 |
| в том числе: |  |
| теоретическое обучение  | 2 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы**  | **Объем в часах** |
| практические занятия  | 114 |
| курсовой проект (работа)  | - |
| самостоятельная работа  | 44 |
| консультации  | - |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета |  |

**4. Тематический план учебной дисциплины**Раздел 1. Теоретическая подготовка. Основы здорового образа жизни.
Раздел 2. Практическая подготовка: основы движений, развитие основных
двигательных качеств, умений и навыков.
Раздел 3. Теоретическая подготовка. Физическая культура в профессиональной
деятельности.
Раздел 4. Практическая часть: Совершенствование приобретенных ранее навыков,
знаний и умений для организации здорового образа жизни, профилактики и снятия
перенапряжений.