**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.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ОК, ПК, ЛР | Умения | Знания |
| ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 08. ЛР 7 ЛР 9 ЛР 11 ЛР 14 | Использовать физкультурно- оздоровительную практику для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности. Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности). Взаимодействовать в группе и команде | Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни; Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); Средства профилактики и снятия перенапряжения во время умственного труда; Средства профилактики профессиональных 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.