

Аннотация
рабочей программы учебной дисциплины
ОГСЭ.04 «Физическая культура/Адаптивная физическая культура»

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.06 Финансы. Дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

Цель учебной дисциплины:

сформировать навыки использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, формирование основ здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную 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)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- 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 перенапряжения

Наименование разделов дисциплины:

1. Теория.
2. Легкая атлетика.
3. Волейбол.
4. Баскетбол.
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка. (ППФП). Гимнастика.
6. Лыжная подготовка.

Количество часов, отводимое на освоение дисциплины:

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	160

Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	118
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	116
самостоятельная работа	42
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	