

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

1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОГСЭ.05 «Физическая культура/ Адаптивная физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.06 Финансы.

2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

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

3. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	164
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	2
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	-
курсовой проект (работа)	-
самостоятельная работа	162
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 навыков, знаний и умений для организации здорового образа жизни, профилактики и снятия напряжений.