

**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 задачи дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- 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 профессии (специальности)

В результате освоения учебной 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.

Учебная дисциплина «Физическая культура/адаптивная физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

**3. Результаты освоения учебной дисциплины**

Учебная дисциплина формирует базовые и личностные компетенции.

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ЛР 7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; Уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях , во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни , спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя , табака , психоактивных веществ , азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям , обладающий основами эстетической культуры.

ЛР 14 Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий , эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми , осознанно выполняющий профессиональные требования , ответственный , пунктуальный , дисциплинированный , трудолюбивый , критически мыслящий , нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.

#### **4. Трудоемкость дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка- 160 часов , в том числе :

Обязательная аудиторная учебная нагрузка – 116

Самостоятельная работа – 44 часа

#### **5. Форма контроля – дифференцированный зачет**