

## **Аннотация к рабочей программе по дисциплине ОГСЭ.05 Физическая культура**

Рабочая программа учебной дисциплины соответствует требованиям ФГОС СПО специальности 38.02.06 Финансы, разработана на основе Примерной основной образовательной программы среднего профессионального образования (далее - ПООП СПО) по специальности 38.02.06 Финансы, разработанной Московским финансовым колледжем Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации» в 2018 году

Учебная дисциплина является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются:

умения:

- 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 специальности, применять стандарты антикоррупционного поведения.

знания:

- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основ здорового образа жизни;
- условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средств профилактики перенапряжения.

Содержание дисциплины

Раздел 1. Основы физической культуры

Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурном развитии личности

Раздел 2. Легкая атлетика

Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Кроссовая подготовка.

Тема 2.2. Прыжки

Тема 2.3. Метания

Раздел 3. Баскетбол

Тема 3.1. Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча.

Тема 3.2. Групповые взаимодействия в нападении в баскетболе.

Тема 3.3. Групповые взаимодействия в защите в баскетболе.

Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.

Раздел 4. Волейбол

Тема 4.1. Индивидуальные действия игроков с мячом

Тема 4.2. Групповые взаимодействия в защите

Тема 4.3. Групповые взаимодействия в нападении.

Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом

Раздел 5. Гимнастика

Тема 5.1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах

Тема 5.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

Раздел 6. Лыжная подготовка

Тема 6.1. Лыжная подготовка

Количество часов на освоение программы дисциплины

Объем образовательной программы учебной дисциплины - 164 часов

Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем - 118 часов

в том числе:

- практические занятия – 116 часов.

Самостоятельная работа – 46 часа.

Итоговая аттестация проводится в форме зачета, дифференцированного зачета.