

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Разработчик: А.И. Тельнов

Специальность: 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет

Наименование дисциплины: ОГСЭ. 04 Физическая культура

Цели и задачи дисциплины:

С целью овладения соответствующими общими и профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения учебной дисциплины должен **уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

знать:

- о роли физической культуры в общественном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

Результаты освоения учебной дисциплины

Код и наименование компетенций	Наименование результата обучения	Номер темы
ОК.2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	уметь: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. знать: - о роли физической культуры в общественном, профессиональном и социальном развитии человека, - основы здорового образа жизни	Тема 1.1 Тема 1.2 Тема 1.3
ОК.3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность	уметь: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. знать: - о роли физической культуры в общественном, профессиональном и социальном развитии человека. - основы здорового образа жизни	Тема 1.1 Тема 1.2 Тем 1.3
ОК.6 Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	уметь: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, знать: - о роли физической культуры в общественном, профессиональном и социальном развитии человека	Тема 1.1 Тема 1.2 Тема 1.3

Содержание учебной дисциплины

Введение

Раздел 1. Теоретическая часть

Тема 1.1. Основы здорового образа жизни

Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Тема 1.3. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом

Раздел 2. Учебно-методическая часть

Тема 2.1. Учебно-методическая

Раздел 3. Учебно-тренировочная часть

Тема 3.1 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка

Тема 3.2. Гимнастика

Тема 3.3. Спортивные игры

Тема 3.4. Виды спорта по выбору

Тема 3.6. Национальные виды спорт