

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И
ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Утверждена
Ученым советом Сибирского института
управления – филиала РАНХиГС
Протокол от 14 февраля 2024 г. №64

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
ДИСЦИПЛИНЫ**

**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА**

ОГСЭ.ДВ.01.02

Краткое наименование дисциплины – не устанавливается

Специальность 09.02.07 Информационные системы и программирование

Специалист среднего звена

Квалификация выпускника: Программист

Форма обучения: очная

Год набора - 2023

Новосибирск, 2024

1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Код ОК	Умения	Знания
ОК 03	определять актуальность нормативно-правовой документации профессиональной деятельности; применять современную научную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования	содержание актуальной нормативно-правовой документации современная и научная профессиональная терминология; возможные траектории профессионального самообразования
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 06	описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения.	сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения.
ОК 07	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности.	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения.
ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения

Личностные результаты

Код личностных результатов реализации программы воспитания	Личностные результаты (дескрипторы)
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.
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
ЛР 14	Демонстрирующий навыки анализа и интерпретации информации из различных источников с учетом нормативно-правовых норм

2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы	196
в том числе:	
теоретическое обучение	12
практические занятия	154
<i>Самостоятельная работа</i>	18
<i>Консультации</i>	-
Промежуточная аттестация в форме зачета	12

3. Структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Объем в часах
Раздел 1. Учебно-оздоровительный	126
Тема 1.1. Оздоровительная, лечебная и адаптивная физическая культура	
Тема 1.2. Оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура	
Раздел 2. Учебно-тренировочный	58
Тема 2.1. Легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке	
Тема 2.2 Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке	
Промежуточная аттестация в форме зачета	12

4. Основная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.
2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2022. — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — URL: <https://urait.ru/bcode/488234> — Режим доступа: электрон.-библ. Система «Юрайт», требуется авторизация.
3. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие / Т. А. Болманенкова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 236 с. — ISBN 978-5-4499-0197-2. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571983> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.
4. Быченков, С. В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77006.html> — Режим доступа: электрон.-библ. система «IPRbooks», требуется авторизация.
5. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов : учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова ; Московский педагогический государственный университет. — Москва : МПГУ, 2018. — 338 с. — ISBN 978-5-4263-0574-8. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598939> Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.
6. Коровин, С. С. Физическая культура. Ценности. Личность : учебное пособие / С. С. Коровин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 199 с. — ISBN 978-5-4499-0428-7. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.
7. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. URL: <https://urait.ru/bcode/489849> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.
8. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под ред. В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2022. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — URL: <https://urait.ru/bcode/488422> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.
9. Физическая культура : учеб. пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под ред. Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2022. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL: <https://urait.ru/bcode/495018> — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.
10. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). — ISBN 978-5-16-015948-5. — URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=379900> Режим доступа: электрон.-библ. система «Znanium.com», требуется авторизация.