

**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 38.02.06 Финансы

Специалист среднего звена

Квалификация выпускника: Финансист

Форма обучения: очная

Год набора - 2024

Новосибирск, 2024

## 1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 04, ОК 08, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 11, ЛР 14	Использовать физкультурно-оздоровительную практику для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности. Владеть техникой и приемами игровых и массовых видов спорта Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности). Взаимодействовать в группе и команде.	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 и снятия перенапряжения во время умственного труда; Средства профилактики профессиональных заболеваний.

## 2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем, ак. ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч
<b>Объем образовательной программы</b>	<b>162</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	8
практические занятия	114
<i>Самостоятельная работа</i>	32
Промежуточная аттестация в форме зачета	8

## 3. Структура дисциплины

Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
<b>Раздел 1. Учебно-оздоровительный</b>	
Тема 1.1. Оздоровительная, лечебная и адаптивная физическая культура	38
Тема 1.2. Оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура	40
<b>Раздел 2. Учебно-тренировочный</b>	
Тема 2.1. Легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке	36
Тема 2.2. Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке	40
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета</b>	<b>8</b>

## 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.