

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.В.18 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Название кафедры – кафедра физической культуры

1. Цель и задачи дисциплины

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; правил личной безопасности в условиях повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; способы и методы оказания первой медицинской помощи;
- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; овладение системой практических умений и навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим;
- умение обеспечивать личную безопасность в повседневной деятельности и в условиях чрезвычайных ситуаций;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- владение навыками оказания первой неотложной медицинской помощи; навыками выживания в условиях чрезвычайных ситуаций;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место дисциплины в структуре учебного плана

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту реализуются в рамках вариативной части учебного плана основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика» (уровень бакалавриата), разработанной в соответствии

с Приказом Минобрнауки РФ от 12.11.2015 № 1327 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика» (уровень бакалавриата)».

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту изучаются в 1-6 семестрах и имеют содержательно-методическую связь с курсом «Физическая культура и спорт».

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с изучением научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни. Студент должен владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, уметь использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП.

Для компетенции ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию:

В результате изучения дисциплины при освоении компетенции студент должен:
Знать:
-средства и методы физической культуры, способствующие самоорганизации здорового образа жизни;
-научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни для организации самообразования
Уметь:
-пользоваться простейшими методиками для самоконтроля за состоянием здоровья, уровнем физической подготовленности;
Владеть:
-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.

Для компетенции ОК-8 - способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате изучения дисциплины при освоении компетенции студент должен:
Знать:
- роль и значение физической культуры в структуре своей профессиональной деятельности;
- основные средства и методы развития физических качеств и обучение технике жизненно-важных движений;
- общие положения профессионально-прикладной физической подготовки применительно к специфике своей профессии;
- методические основы физического воспитания, основы совершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда;
Уметь:
- самостоятельно подбирать и выполнять комплексы физических упражнений для развития физических качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности;
Владеть:
- способностью использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

Для компетенции ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций:

В результате изучения дисциплины при освоении компетенции студент должен:
Знать:
правила личной безопасности и методы защиты в условиях повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях;
способы и методы оказания первой медицинской помощи;
Уметь:
обеспечивать личную безопасность в повседневной деятельности и в условиях чрезвычайных ситуаций
оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
Владеть:
навыками выживания в условиях чрезвычайных ситуаций;
навыками оказания первой неотложной медицинской помощи.

4. Общий объем дисциплины: 328 часов.

5. Дополнительная информация

Материально-техническое обеспечение дисциплины: спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, фитболы, медицинболы и т.д.), спортивные тренажеры, гимнастические скамейки, шведские стенки, турники.

6. Виды и формы промежуточной аттестации

Очная форма обучения: зачет (2,3,6 семестры).

Заочная форма обучения: зачет (5 семестр).

Зачеты проводятся в форме:

- сдача контрольных нормативов по видам спорта.