

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Цветлюк Лариса Сергеевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 30.08.2023 16:49:42
Уникальный программный ключ:
e4e919f04dc802624637575c97796a744138b172b88dd38f9302a93140974e

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту:

Общая физическая подготовка

для направления подготовки

38.03.02 Менеджмент,

направленность (профиль): «Финансовый менеджмент»

Уровень бакалавриата

Квалификация выпускника

Бакалавр

1.1. Цель и задачи учебной дисциплины.

Цель дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: общая физическая подготовка:

- физическое воспитание обучающихся;
- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 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;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Особый порядок освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливается особый порядок освоения указанных дисциплин (модулей) на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

Элективные дисциплины по физической культуре осуществляются с учетом вида и тяжести нарушений организма, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Выбор методов обучения, проведение текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации осуществляется в каждом отдельном случае с учетом особенностей нарушений функций организма обучающихся, зафиксированных в справке бюро медико-социальной экспертизы.

По личному заявлению обучающегося возможна разработка индивидуальных учебных планов и индивидуальных графиков для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья и инвалидов с учетом их особенностей и образовательных потребностей, а также увеличение срока их обучения, но не более чем на полгода.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина является обязательным элементом обязательной части Блока 1 ОПОП.

1.3. Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы.

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующей компетенции: УК-7.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

| Код компетенции | Содержание компетенции | Индикаторы достижения компетенций |
|-----------------|--|--|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p>УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p> |

1.4. Объем учебной дисциплины, включая контактную работы обучающегося с преподавателем и самостоятельную работу обучающегося

Очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | |
|--|-------------|-----------|------------|
| | | 1 | 2 |
| Аудиторные учебные занятия, всего | 8 | 4 | 4 |
| В том числе: | | | |
| Учебные занятия лекционного типа | - | - | - |
| Практические занятия | 102 | 51 | 51 |
| Самостоятельная работа обучающихся, всего | 218 | 49 | 169 |

| | | | |
|---|------------|----------------|----------------|
| В том числе: | | | |
| Реферат/доклад | 68 | 19 | 49 |
| Тестирование | 50 | 10 | 40 |
| Самоподготовка | 100 | 20 | 80 |
| Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет) | 8 | Зачет 4 | Зачет 4 |
| Общая трудоемкость учебной дисциплины | 328 | 104 | 224 |

Очно-заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | |
|---|-------------|----------------|----------------|
| | | 1 | 2 |
| Аудиторные учебные занятия, всего | 8 | 4 | 4 |
| В том числе: | | | |
| Учебные занятия лекционного типа | - | - | - |
| Практические занятия | 8 | 4 | 4 |
| Самостоятельная работа обучающихся, всего | 312 | 96 | 216 |
| В том числе: | | | |
| Реферат/доклад | 72 | 26 | 46 |
| Тестирование | 60 | 30 | 30 |
| Самоподготовка | 180 | 40 | 140 |
| Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет) | 8 | Зачет 4 | Зачет 4 |
| Общая трудоемкость учебной дисциплины | 328 | 104 | 224 |

Заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | |
|---|-------------|----------------|----------------|
| | | 1 | 2 |
| Аудиторные учебные занятия, всего | 8 | 4 | 4 |
| В том числе: | | | |
| Учебные занятия лекционного типа | - | - | - |
| Практические занятия | 8 | 4 | 4 |
| Самостоятельная работа обучающихся, всего | 312 | 96 | 216 |
| В том числе: | | | |
| Реферат/доклад | 72 | 26 | 46 |
| Тестирование | 60 | 30 | 30 |
| Самоподготовка | 180 | 40 | 140 |
| Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет) | 8 | Зачет 4 | Зачет 4 |
| Общая трудоемкость учебной дисциплины | 328 | 104 | 224 |

1.5. Содержание учебной дисциплины

| № п/п | Модуль, раздел (тема) |
|-------|---|
| 1 | Тема 1. Методы оценки и развития общей выносливости. Методы оценки и развития координации и ловкости |
| 2 | Тема 2. Методы оценки и развития силовых способностей Методы оценки и развития гибкости |
| 3 | Тема 3. Развитие силовых способностей |
| 4 | Тема 4. Развитие гибкости Развитие координации и ловкости |
| 5 | Тема 5. Развитие общей выносливости |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|