

## АННОТАЦИЯ

### Дисциплины Б1.Б.30 «Физическая культура и спорт»

Направление подготовки 40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль) гражданско-правовой

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (всего - 72 ч., из них контактной работы 18,4 ч.: лекционных - 16 ч., практических - 2 ч.; ИКР- 0,4 ч.; СР – 53,6 ч.)

**Цель освоения дисциплины** /Дисциплина Б1.Б.30 «Физическая культура и спорт» направлена на формирование у обучающихся способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины.** Задачи изучения дисциплины вытекают из требований к результатам освоения и условиям реализации основной образовательной программы и компетенций, установленных Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению «Юриспруденция». В ходе изучения дисциплины ставятся задачи: обобщить и систематизировать знания о социальной роли физической культуры в развитии личности и ее подготовки к профессиональной деятельности; о социально-биологических основах адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания; об основах здорового образа жизни для их применения в социальной и профессиональной деятельности

#### Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к циклу Б1.Б.30, входит в базовую часть. Общая трудоёмкость дисциплины 2 зачётные единицы.

#### Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций:

| Коды компетенций | Название компетенции                                                                                                                  | Краткое содержание / определение и структура компетенции (знать, уметь, владеть).<br>Характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенции у выпускника вуза                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК-8             | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>Знать:</b> научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.<br><b>Уметь:</b> использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.<br><b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности |
| ОК-9             | способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций                                        | <b>Знать:</b> теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системах «среда – человек – машина»; «среда обитания – человек», правовые, нормативно – технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных                                                                                                                                                                                                                         |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.</p> <p><b>Уметь:</b> проводить контроль параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, эффективно применять средства защиты человека от негативных воздействий, проводить расчет обеспечения условий безопасной жизнедеятельности.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками проведения контроля параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, расчета параметров рабочей зоны помещений, защиты от негативных факторов.</p> |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Основные разделы дисциплины:

| Основные разделы дисциплины. |                                                                                |                  |                   |    |    |     |            |             |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------|----|----|-----|------------|-------------|
| №<br>разде<br>ла             | Наименование разделов                                                          | Количество часов |                   |    |    |     |            | СР          |
|                              |                                                                                | Всего            | Контактная работа |    |    |     |            |             |
|                              |                                                                                |                  | Л                 | ПЗ | ЛР | КСР | ИКР        |             |
| 1                            | 2                                                                              | 3                | 4                 | 5  | 6  | 7   | 8          |             |
| 1.                           | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся | 17               | 4                 |    |    |     |            | 13          |
| 2.                           | Социально-биологические основы физической культуры                             | 17               | 4                 |    |    |     |            | 13          |
| 3.                           | Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья      | 17,6             | 4                 |    |    |     |            | 13,6        |
| 4.                           | Современное олимпийское движение                                               | 20               | 4                 | 2  |    |     |            | 14          |
|                              | ИКР                                                                            | 0,4              |                   |    |    |     | 0,4        |             |
|                              | Контроль                                                                       |                  |                   |    |    |     |            |             |
|                              | <b>Всего:</b>                                                                  | <b>72</b>        | <b>16</b>         |    |    |     | <b>0,4</b> | <b>53,6</b> |

**Курсовые работы:** не предусмотрена.

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет во втором семестре.

#### Основная литература:

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 191 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/0E15828A-0CAD-4DEB-915B-7EFE45F527E#page/1>

Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для академического бакалавриата / С. С. Филиппов. — 3-е изд., испр. и доп. — М. :

Издательство Юрайт, 2018. — 242 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03673-2. — Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/A4B3E931-400F-44EA-9B5C-206B66395772#page/1>

Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00329-1. — Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22#page/1>