

АННОТАЦИЯ
ДИСЦИПЛИНЫ Б1.Б.26 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
Направление подготовки 38.03.01 Экономика
Направленность (профиль) Финансы и кредит

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы, 72 часа

Цель дисциплины:

Формирование способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- обобщить и систематизировать знания о социальной роли физической культуры в развитии личности и ее подготовки к профессиональной деятельности;
- систематизировать знания о социально-биологических основах адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания;
- систематизировать знания об основах здорового образа жизни для их применения в социальной и профессиональной деятельности;
- систематизировать знания о психофизиологических основах учебного труда и интеллектуальной деятельности, средствах физической культуры для регулирования работоспособности;
- систематизировать знания об основах общей физической и спортивной подготовки;
- систематизировать знания о методических основах самостоятельных занятий физическими упражнениями и методах самоконтроля;
- сформировать знания о системе профессионально - прикладной физической подготовки (ППФП) и способность ее использования в профессиональной деятельности;
- научить способам самоконтроля и оценки физической подготовленности, физического развития;
- научить правилам и способам планирования индивидуальных занятий соответствующей целевой направленности;
- научить выполнять самостоятельно подобранные комплексы по общей физической подготовке, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- научить выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- научить преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Физическая культура» является обязательной и относится к базовой части ООП Б.1.Б. Ее дополняет дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре».

Дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей: биология, история, безопасность жизнедеятельности.

Требования к уровню освоения дисциплины ОК-8; ОК-9

Коды компетенций	Название компетенции	Краткое содержание/определение и структура компетенции (знать, уметь, владеть). Характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенции у выпускника вуза	Технологии формирования	Форма оценочного средства
ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знать: - роль и значение физической культуры в развитии общества и человека; - роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни; - особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений на оздоровительную и развивающую эффективность. уметь: - характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями; - проводить самостоятельные и самодеятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью; - составлять индивидуальные комплексы физических упражнений различной направленности. владеть: - комплексами упражнений,	Контактная работа, самостоятельная работа обучающихся, контролируемая самостоятельная работа обучающихся, рефераты, эссе, научно-исследовательские работы, анализ библиографических источников, работа в командах.	Опрос, собеседование, защита работ, предусмотренных учебным планом, промежуточные формы контроля учебного плана.

		направленных на укрепление здоровья; - приемами страховки во время занятий физическими упражнениями; - способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений.		
--	--	--	--	--

Коды компетенций	Название компетенции	Краткое содержание/определение и структура компетенции (знать, уметь, владеть). Характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенции у выпускника вуза	Технологии формирования	Форма оценочного средства
ОК-9	способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	знать: - основы безопасного взаимодействия человека со средой обитания (производственной, бытовой, городской, природной); - основные правила техники безопасности и правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного и природного характера; - основы физиологии человека и последствия влияния на человека поражающих факторов; - основные меры защиты человека, производственных процессов и среды обитания от негативных воздействий; - средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов; - основы обеспечения устойчивости функционирования объектов и технических систем в штатных и чрезвычайных ситуациях.	Контактная работа, самостоятельная работа обучающихся, контролируемая самостоятельная работа обучающихся, рефераты, эссе, научно-исследовательские работы, анализ библиографических источников, работа в командах.	Опрос, собеседование, защита работ, предусмотренных учебным планом, промежуточные формы контроля учебного плана.

		уметь: - обеспечивать выполнение правил техники безопасности в быту и в общественных местах. - прогнозировать развитие негативных воздействий и оценивать их последствия; - применять средства защиты от негативных воздействий; - принимать решения по защите персонала организации от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения; - разрабатывать мероприятия по повышению безопасности производственной деятельности. владеть: - основными методами защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - навыками идентификации негативных воздействий среды обитания естественного, техногенного и антропогенного происхождения. - навыками планирования мероприятий по защите производственного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях; - навыками разработки мероприятий и осуществления защиты производственного персонала и населения от возможных последствий чрезвычайных ситуаций; - навыками непосредственного участия в мероприятиях по защите		
--	--	---	--	--

		производственного персонала и населения от последствий чрезвычайных ситуаций и спасательных операциях.		
--	--	--	--	--

Структура и содержание разделов дисциплины

№ разде ла	Наименование разделов	Количество часов						СР
		Всего	Контактная работа					
			Л	ПЗ	ЛР	КСР	ИКР	
1	2	3	4	5	6	7	8	
1 семестр								
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся	10	4					6
2.	Социально-биологические основы физической культуры	11	4					7
3.	Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья	11	4					7
4.	Современное олимпийское движение	4	4					
	ИКР							
	Контроль							
	Всего:	36	16					20
2 семестр								
5.	Современное олимпийское движение			2				33,8
	ИКР						0,2	
	Контроль							
	Всего:	36		2			0,2	33,8
	Итого	72	16	2			0,2	33,8

Основная литература

1. *Письменский, И. А.* Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/EE96FDA7-F69C-4BB6-8597-4092C82694CB/fizicheskaya-kultura#page/1>
 2. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоого, И.С. Барчукова. - Москва : Юнити-Дана, 2012. - 432 с. - ISBN 978-5-238-01157-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>
 3. Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>
- Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2014. — 424 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/A2CC4189-D258-4D8F-BDDA-0C3CB5E41922>