

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

Б1.Б.40 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки: 38.03.03 Управление персоналом

Направленность (профиль): Управление персоналом

Форма обучения: заочная

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачётные единицы. Вид промежуточной аттестации - зачет.

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Дисциплина Б1.Б.40 Физическая культура и спорт направлена на формирование у обучающихся физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной учебной, социальной и профессиональной деятельности.

1.2 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 «Экономика».

В ходе изучения дисциплины ставятся задачи:

- овладение системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие;
- обобщение и систематизация знаний о социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке 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;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями;
- развитие способности использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

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).		
		Знать:	Уметь:	Владеть:
ОК-8	способность использовать	научно-практические	использовать творчески средства	средствами и методами

	методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	основы физической культуры и здорового образа жизни.	и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	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	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 факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	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.

Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов					СР	
		Всего	Контактная работа					
			Л	ПЗ	ЛР	КСР		ИКР
1	2	3	4	5	6	7	8	
1 курс								
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся	14	2					8
2.	Социально-биологические основы физической культуры	13	2					8
3.	Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья	14	2					10
4.	Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, повышения эффективности учебного труда.	14	2					10
5.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	12	2					10
6.	Современное олимпийское движение	12						12
	ИКР	0,2					0,2	
	Контроль	3,8						
	Всего:	72	10				0,2	58

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа, КСР – контролируемая самостоятельная работа, ИКР- индивидуальная контактная работа.

Курсовые работы: не предусмотрена.

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет на первом курсе.

Основная литература:

1. Стриханов, Михаил Николаевич. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2019. - 160 с. - URL: <https://biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716> .

2. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко и др. - Москва : Юрайт, 2019. - 424 с. - URL: https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431985?share_image_id=#page/1 .

3. Письменский, Иван Андреевич. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. - Москва : Юрайт, 2019. - 493 с. - URL: https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427?share_image_id=#page/1 .