

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ, ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(название дисциплины)

38.05.01. Экономическая безопасность

(код направления (специальности) подготовки)

1-6

(семестр)

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью физического воспитания студентов 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.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-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.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» реализуется в базовой части в объеме 72 академических часа (2 зачетные единицы), «Элективные курсы по физической культуре» - вариативная часть, дисциплина по выбору в объеме 328 академических часа.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе. Физическая культура в Российской Федерации представлена в высших учебных заведениях, как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности, значимость которого проявляется в гармонизации духовных и физических сил, в формировании таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей общекультурной компетенции (ОК): способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-9).

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1 семестр

1. Легкая атлетика. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции.
2. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.
3. Легкая атлетика. Обучение технике прыжку в длину с места.
4. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.
5. Техника игры в баскетбол.
6. Тесты текущего контроля физической подготовленности по баскетболу.
7. Плавание. Меры безопасности на воде. Упражнения по освоению с водой.
8. Тесты текущего контроля физической подготовленности по плаванию.

2 семестр

1. Лыжная подготовка. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Обучение технике передвижения на лыжах.
2. Тесты текущего контроля физической подготовленности по лыжной подготовке.
3. Общая физическая подготовка.
4. Тесты текущего контроля физической подготовленности по ОФП
5. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.
6. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.
7. Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости.
8. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.

3 семестр

1. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.
2. Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости.
3. Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости.
4. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.
5. Технические приемы баскетбола.
6. Тесты текущего контроля физической подготовленности по ОФП, по баскетболу.

4 семестр

1. Технические приемы футбола.
2. Тесты текущего контроля физической подготовленности по ОФП, по футболу.
3. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.
4. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.
5. Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости.
6. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.

5 семестр

1. Совершенствование техники бега по прямой дистанции. Совершенствование технике прыжков в длину с места.
2. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.
3. Технические приемы волейбола.
4. Тесты текущего контроля физической подготовленности по ОФП, по волейболу.

6 семестр

1. Общая физическая подготовка. Тесты текущего контроля физической подготовленности по ОФП.
2. Тесты текущего контроля физической подготовленности по легкой атлетике.

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ - зачет

экзамен, зачет, зачет с оценкой

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ – 2 з.е., 400 часов

Составители: _____

доцент Ю.А. Миронова

доцент В.А. Сулова

должность, ФИО, подпись

Заведующий кафедрой ФВИС

С.В. Иванов

ФИО, подпись

Председатель

учебно-методической комиссии направления

О.А. Доничев

ФИО, подпись

Директор ИЭиМ



П.Н. Захаров

Дата: 2.02.2017

Печать института