

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Алейник Станислав Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 08.04.2021 18:21:19

Уникальный программный ключ:

5258223550ea9fbeb23726a1609b644b37189861b625588916388f017113546a

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ** **«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту –** **Легкая атлетика»**

для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов  
для студентов экономического факультета  
направления подготовки 38.03.02 Менеджмент направленность (профиль)  
Производственный менеджмент

### **1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1. Целью освоения дисциплины Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Легкая атлетика для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, является формирование физической культуры личности, адаптивно-компенсаторных механизмов организма, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности, профессионально-прикладная подготовка к будущей профессиональной деятельности.

Программа Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Легкая атлетика для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов направлена на:

- коррекцию физического развития студентов с ограниченными возможностями здоровья, реабилитацию двигательных функций организма;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

#### 1.2 Задачи:

Главной задачей является развитие и совершенствование двигательных (физических) способностей и физических качеств с применением средств и методов физической культуры, не имеющих противопоказаний для применения на практических занятиях в специальной медицинской группе:

- обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма студента через оптимальные физические нагрузки;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- содействие воспитанию нравственно-волевых качеств, развитию коммуникативной и познавательной деятельности;
- воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.
2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера.
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма студентов.

2. Активизация защитных сил организма студентов.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия, коксартрозы).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья студентов.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в студентах чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков, осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.
3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Формирование у студентов осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ООП)**

2.1. Цикл (раздел) ООП, к которому относится дисциплина

Дисциплина Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Легкая атлетика для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов входит в вариативную часть основной образовательной программы (ОПОП) и является дисциплиной по выбору. Место дисциплины в структуре ОПОП – Б1.В.16.02.

## **3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ФОРМИРУЕМЫМ КОМПЕТЕНЦИЯМ**

ОК-8 Способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

знать:

методы и приемы самопомощи и взаимопомощи;  
способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

уметь:

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной, профессиональной деятельности, а также защитных мероприятий при возникновении чрезвычайных ситуаций;  
преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;  
выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.

владеть:

средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной организации и реализации защитных мероприятий при возникновении чрезвычайных ситуаций.

**4. ОБЩАЯ ТРУДОЁМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ 328 часов.**

**5. СОСТАВИТЕЛЬ:** Герей Л.В., Богданова О.А.