

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«**Элективная дисциплина по физической культуре и спорту –
Общая физическая подготовка**»

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов
направление подготовки 38.03.02 «Менеджмент»
направленность (профиль) «Производственный менеджмент»
(квалификация выпускника - бакалавр)

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности, адаптивно-компенсаторных механизмов организма, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности, профессионально-прикладная подготовка к будущей профессиональной

Задачи дисциплины:

- 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.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту –
Общая физическая подготовка» относится к дисциплинам обязательной части (Б1.О.ДВ.01.01) основной профессиональной образовательной программы.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими индикаторами компетенций:

УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

Знать: способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, основы здорового образа жизни;

Уметь: выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики, выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры

личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Знать: основы здорового образа жизни, приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью, методы и средства физического развития и физической подготовленности с учетом реализации конкретной профессиональной деятельности, основы здоровьесберегающих технологий;

Уметь: выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики, решать задачи охраны здоровья, выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

4.Объём дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов.
Форма контроля – зачёт.

Авторы: старший преподаватель Герей Л.В.