

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Алейник Станислав Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 21.11.2021 15:13:13

Уникальный программный ключ:

5258223550ea9f9eb733726a1609b644b33d8986ab6255891f288f913a1351fae

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Физическая культура и спорт»

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 деятельности.

#### **Задачи дисциплины:**

- 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.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов относится к дисциплинам обязательной части (Б1.О.04) 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.

#### **4.Объём дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 72 часа (2 зачётных единиц).

Форма контроля – зачёт.

Авторы: старший преподаватель Герей Л.В.,  
старший преподаватель Богданова О.А.