

# АННОТАЦИИ ПРОГРАММ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ

080200.62. «Менеджмент» - степень «Бакалавр»

Профили подготовки : Производственный менеджмент,  
Государственное и муниципальное управление

(Кафедра – разработчик : Кафедра гуманитарных, социально – экономических и  
естественно - научных дисциплин)

Утверждено на заседании кафедры  
Протокол №11 от 29.06.2015г.  
Зав.кафедрой Т.В Лефтерова

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

### 1. Цели и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины 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 профессиональной деятельности.

Задачами дисциплины являются:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Дисциплина «Физическая культура» относится к циклу Б.4.

### 2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

способностью придерживаться этических ценностей и здорового образа жизни (ОК-22).

В результате изучения дисциплины студент должен:

- иметь базовые знания** способов физического совершенствования организма;
- уметь** организовать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;
- иметь навыки** физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к серьезным физическим нагрузкам в экстремальных ситуациях.

### 3. Содержание дисциплины. Основные разделы

Учебная дисциплина "Физическая культура" включает в качестве обязательного минимума

следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику теоретического, практического и контрольного учебного материала: физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; оздоровительные системы и спорт (теория, методика и практика); профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы и подразделы программы: **теоретический**, формирующий мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре; **практический** (легкая атлетика, баскетбол, волейбол, футбол, ритмическая гимнастика, атлетическая гимнастика, аутогенная тренировка и психосаморегуляция, средства профилактики профессиональных заболеваний и улучшения работоспособности), обеспечивающий овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности, для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; приобретение опыта практических занятий в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного формирования качеств и свойств личности; **контрольный**, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

Программой учебной дисциплины предусмотрены следующие виды учебной работы:

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	400
В том числе:	
Лекции (Л)	-/2
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)	400/8
Лабораторные работы (ЛР)	
<b>Самостоятельная работа студента (СРС) (всего)</b>	
<b>Вид промежуточной аттестации (зачет/зачет с оценкой/экзамен)</b>	Зачеты 1-6

Общая трудоемкость освоения учебной дисциплины составляет:

2 зачетных единицы, 400 часов.