

Аннотация
примерной программы дисциплины
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
подготовки бакалавра по направлениям
38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент»

1. Цель дисциплины:

Основной целью физического воспитания студентов вузов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовленности и самоподготовки к профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы (ООП)

Дисциплина «Физическая культура» входит в базовую часть блока 4 для направлений подготовки:

38.03.01 «Экономика» следующих профилей: «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», «Финансы и кредит»;

38.03.02 «Менеджмент», профиль «Финансовый менеджмент»

Для направления **38.03.01. «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент»** дисциплина «Физическая культура» базируется на знаниях, полученных в процессе обучения в общеобразовательной средней школе (дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», «Концепция современного естествознания», «Культурология»), на базе высшего образования (дисциплина «Безопасность жизнедеятельности»).

Изучается:

для направлений: **38.03.01 «Экономика»** профиль «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», **38.03.02 «Менеджмент»** профиль «Финансовый менеджмент» очная форма (1-3 курсы, 1,2,3,4,5,6 семестры). Направление **38.03.01 «Экономика»** профиль «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», **38.03.02 «Менеджмент»**, заочная форма (1 курс, 1 семестр).

3. Требования к результатам освоения дисциплины

В совокупности с другими дисциплинами базовой и вариативной частей гуманитарного, социального и экономического цикла ФГОС ВПО процесс изучения дисциплины «Физическая культура» направлен на формирование следующей компетенции:

Формирование инструментальной компетенции в способности готовить коммерческие предложения с вариантами решений (ИК-8, **38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент»**)

В результате изучения дисциплины «Физическая культура» студент должен:

Знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- значение общей физической подготовки (ОФП) для развития человека;
- средства и методы развития различных физических качеств;
- границы интенсивности нагрузок при самостоятельных занятиях ОФП;
- систему самоконтроля за состоянием организма при самостоятельных занятиях ОФП;
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Уметь:

- творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- самостоятельно выполнять разминку;
- составлять и выполнять комплексы упражнений на развитие различных физических качеств;
- выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику;
- оценивать свое физическое и функциональное состояние;
- определять величину нагрузок, адекватную индивидуальным возможностям;
- оценивать эффективность используемых средств и методов в тренировочном процессе;
- оказывать первую помощь при травмах.

Владеть:

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, системой практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование физических и психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).

4. Формы контроля

Контрольные занятия и зачеты обеспечивают оперативную, текущую и итоговую информацию о степени освоения теоретических и методических

знаний и умений студента. В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели регулярности посещения обязательных занятий; обязательных и дополнительных тестов.

Оперативный контроль

обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы.

Текущий контроль

позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы.

Итоговый контроль: зачеты проводятся в 6 семестрах у очной формы обучения и в первом семестре у заочной формы обучения

Обязательная итоговая аттестация по физической культуре

Итоговая аттестация проводится в форме устного опроса по теоретическому и методическому разделам программы. Студент должен продемонстрировать знания, полученные в процессе обучения по дисциплине «Физическая культура».

5. Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет:

- по очной форме обучения для направлений 38.0301 «Экономика» профиль «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», 38.03.02 «Менеджмент», профиль «Финансовый менеджмент» – 400 академических часов;

- по заочной форме обучения 38.03.01 «Экономика», профиль «Бухгалтерский учет анализ и аудит», 38.03.02 «Менеджмент», профиль «Финансовый менеджмент» 2 (ЗЕ) – 72 академических часа.