

Аккредитованное образовательное частное учреждение
высшего образования
«Московский финансово-юридический университет МФЮА»
Кировский филиал

УТВЕРЖДАЮ

Директор

О.К. Акулова

«23» февраля 2017 г.

АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ
УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН

Специальность

38.05.01 Экономическая безопасность

Специализация

Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

Квалификация (степень)

Экономист

Форма обучения

очная, заочная

Киров
2017

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная)»

Зачетные единицы:

Количество часов: 328

Промежуточная аттестация – зачет

Цель: 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.

Требования к результатам освоения дисциплины

Выпускник должен обладать следующими общекультурными (ОК) и профессиональными (ПК) компетенциями (согласно матрице компетенций):

- способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-9);

В результате изучения дисциплины выпускник должен

знать:

- особенности функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом в различных условиях внешней среды;

- основные принципы организации здорового образа жизни, рациональные способы и приемы сохранения психического здоровья, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, основы формирования физической культуры личности и здорового образа жизни;

- предмет, содержание и функции, организационные формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки;

- социально-культурные основы и функции массового спорта высших достижений, содержание современных оздоровительных систем физических упражнений.

уметь:

- использовать опыт систематических занятий физическими упражнениями и спортом для укрепления здоровья, активизации учебной и профессиональной деятельности;

- выполнять требования по общей физической подготовке;

- определять индивидуальный уровень своих физических качеств;

- объяснить индивидуальный выбор вида спорта и системы физических упражнений, раскрыть их возможности для саморазвития и самосовершенствования;

- использовать методические приемы для разработки индивидуальных программ оздоровительной и тренировочной направленности;

- правильно адаптировать физкультурно-спортивную деятельность к индивидуальным особенностям организма и дифференцировать использование средств физической культуры и спорта с учетом этих особенностей;

- диагностировать состояние организма и отдельных его систем и вносить необходимую коррекцию в их развитие средствами физической культуры и спорта.

владеть:

- жизненно-важными прикладными навыками - плавания, ходьбы, бега, передвижения по пересеченной местности;

- владеть средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после перенесенных заболеваний;

- основными методами и способами направленного формирования физических нагрузок для развития двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости);

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья.

Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт (элективная)» представляет собой обязательную дисциплину вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)». Для изучения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная)» необходимы знания, умения и навыки, формируемые в процессе занятий физической культурой в средней общеобразовательной школе.

Дисциплина закладывает фундамент для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.