

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
Б1.О.05 Физическая культура и спорт
Направление подготовки бакалавриата 38.03.01 Экономика
Профиль «Финансы и кредит»

1.	Цель изучения дисциплины Формирование физической культуры личности и способности оптимального использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавр Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам базовой части Б1.О.05. Изучение данной дисциплины базируется на знании общеобразовательной программы по следующим предметам: история, безопасность жизнедеятельности Освоение данной дисциплины является основой для последующего изучения дисциплин базовой части «Философия», «Безопасность жизнедеятельности».		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) Физическая культура и спорт		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		
	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели;	Знать: основные цели и задачи команды, свою роль в социальном взаимодействии и командной работе с учетом собственных личных и деловых качеств, интересов команды. Уметь: управлять командой. Владеть: навыками применения знаний основ физической подготовки и самоуправления на практике.
		УК-3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников;	Знать: о необходимости продуктивного взаимодействия с членами команды. Уметь: реализовать себя как член команды. Владеть: умением планомерно и результативно осуществлять деятельность в ходе командной работы.
		УК-3.3. Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;	Знать: личную ответственность за результаты деятельности и реализацию общекомандных целей и задач. Уметь: соблюдать правила командной работы. Владеть: навыками управления командой в ординарных и нестандартных ситуациях.
	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1: выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности. УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать: - ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; - методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; - принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения. Уметь: подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеть: средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; - теоретическими основами использования здоровьесберегающих

			технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.				
4.	Структура и содержание дисциплины						
	4.1. Структура дисциплины (модуля)						
	Вид учебной работы	Всего	Порядковый номер семестра				
			1	2	3	4	
	Общая трудоемкость дисциплины всего (в з.е.), в том числе:	2 з.е.	2 з.е.				
	Курсовой проект (работа)	не предусмотрено					
	Аудиторные занятия всего (в акад. часах), в том числе:	13	13				
	Лекции	10	10				
	Практические занятия, семинары	328	3				
	Самостоятельная работа всего	59	59				
	Зачет	+	+				
	Общая трудоемкость дисциплины	72	72				
	4.2. Содержание дисциплины						
	Тема№1.Физическаякультуравпрофессиональнойподготовкестудентовисоциокультурноеразвитиеличностистудента. Подготовкакакучебнымзанятиям.Изучениеучебнойлитературыподисциплине Тема№2.Простейшиеметодикисамооценкиработоспособности,усталости,утомленияиприменениясредствфизическойкультурыдляихнаправленнойкоррекции. Простейшиеметодикисамооценкиработоспособности,усталости,утомленияиприменениясредствфизическойкультуры дляихнаправленнойкоррекции. Тема№3Функциональные измененияворганизмеприфизическихнагрузках. Тема№4Подготовкакакучебнымзанятиям.ИзучениеучебнойлитературыподисциплинеТема№5Методысамоконтролясостоянияздоровьяифизического развития. Тема№6Подготовкакакучебнымзанятиям.Изучениеучебнойлитературы подисциплине.						
	5.	Образовательные технологии					
	Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие средства, способы и организационные мероприятия: - изучение теоретического материала дисциплины на лекциях с использованием компьютерных технологий; - самостоятельное изучение теоретического материала дисциплины с использованием Internet-ресурсов, информационных баз, методических разработок, специальной учебной и научной литературы, специализированных компьютерных программ; - закрепление теоретического материала при проведении практических работ с использованием специализированных программ, выполнения проблемно-ориентированных, поисковых, творческих заданий; - применение тестовых методик.						
6.	Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы						
	Интернет-ресурсы: 1. e-Library.ru [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека. – URL: http://elibrary.ru/ (дата обращения 11.05.2023). 2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. – URL: http://cyberleninka.ru/ (дата обращения 11.05.2023). 3. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/ (дата обращения 11.05.2023). – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.						
7.	Формы текущего контроля						
	устный опрос, реферат, тесты по темам курса						
8.	Форма промежуточного контроля						
	Зачет						