

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»**

**Факультет экономики и управления
Кафедра государственное и муниципальное управление**

АННОТАЦИЯ

**рабочей программы учебной дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре и спорту»
Направление подготовки бакалавриат
38.03.04 Государственное и муниципальное управление**

1.	Цель изучения дисциплины: Целью освоения дисциплины является формирование компетенций по физической культуре, направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавр Учебная дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к Блоку Б1.В.ДВ.06.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, по выбору студента.		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) «Элективные курсы по физической культуре и спорту»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		
	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7	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 так же 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 здоровье-сберегающих технологий. Владеть: средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; - теоретическими основами использования здоровье-сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности навыками
	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в	УК-3	УК-3.1. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели; УК-3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников; УК-3.3. Анализирует возможные последствия личных

команде		действий в социальном взаимодействии и командной работы и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;				
		УК- 3.4. Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели;				
		УК-3.5. Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат.				
4. Структура и содержание дисциплины						
4.1. Структура дисциплины (модуля)						
Вид учебной работы	Всего	Порядковый номер семестра 23456				
Общая трудоемкость дисциплины всего (в з.е.), в том числе:	328 ч.					
Курсовой проект (работа)	не предусмотрено					
Аудиторные занятия всего (в акад. часах), в том числе:	328	72	72	72	56	56
Лекции						
Практические занятия, семинары	180	36	36	36	36	36
Лабораторные работы						
Самостоятельная работа всего (в акад. Часах), в том числе:	148	36	36	36	20	20
КСР						
Экзамен						
зачет	+					
Общая трудоемкость дисциплины		72	72	72		
4.2. Содержание дисциплины						
Тема №1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине Тема №2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Тема №3 Функциональные изменения в организме при физических нагрузках Тема №4 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине Тема №5 Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Тема №6 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине.						
5. Образовательные технологии						
При подготовке бакалавров используются следующие основные формы проведения учебных занятий: Учебная аудитория Стандартное оборудование (учебная мебель для обучающихся, рабочее место преподавателя, доска) Помещение для самостоятельной работы						
6. Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы						

	Информационное обеспечение базы данных, информационно-справочные и поисковые системы http://window.edu.ru Электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам» http://school-collection.edu.ru «Образовательный ресурс России» http://www.edu.ru Федеральный образовательный портал: учреждения, программы, стандарты, ВУЗы, тесты ЕГЭ, ГИА http://fcior.edu.ru Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) http://rvb.ru Русская виртуальная библиотека http://ruslit.ioso.ru Кабинет русского языка и литературы http://ruscorpora.ru Национальный корпус русского языка http://elibrary.ru/defaultx.asp Научная электронная библиотека «e-Library» http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система IPRbooks https://lib.inggu.ru Электронно-библиотечная система ИнГГУ Информационно-правовая система «Гарант» – Сетевая версия, доступна со всех компьютеров в корпоративной сети ИнГГУ
7.	Формы текущего контроля
8.	Форма промежуточного контроля
	Зачет

Составитель аннотации: к.ф.н., доцент, зав. Кафедрой «Физвоспитание» Озиева Л.С.