

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура

Автор: доц. Г.Н. Лесникова

Код и наименование специальности, специализации:

38.05.01 Экономическая безопасность, специализация: экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

Квалификация (степень) выпускника: экономист

Форма обучения: очная

Цель освоения дисциплины:

Сформировать компетенцию в области способности поддерживать уровень физического здоровья, достаточный для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, способности осуществлять действия по силовому пресечению правонарушений, использовать для решения профессиональных задач специальную технику, оружие, специальные средства, применяемые в деятельности правоохранительных органов, по линии которых осуществляется подготовка специалистов

План дисциплины:

Тема 1. Методико-практический раздел

Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Средства и методы мышечной релаксации в спорте. Оценка двигательной активности.

Тема 2. Учебно-тренировочные занятия

Производственная гимнастика. Овладение средствами и методами мышечной релаксации в спорте. Упражнения из отдельных видов легкой атлетики. Спортивные игры.

Тема 3. Методико-практический раздел

Методы оценки уровня здоровья. самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы). Методы регулирования психоэмоционального состояния. Методика самооценки уровня и динамики общей и специальной физической подготовленности по избранному виду спорта или системе физических упражнений Методика проведения учебно-тренировочного занятия

Тема 4. Учебно-тренировочные занятия

Упражнения из отдельных видов легкой атлетики. Спортивные игры. Упражнения профессионально-прикладной физической подготовки

Тема 5. Методико-практический раздел.

Методы оценки и коррекции осанки и телосложения. Методы самоконтроля состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности. Методики самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание)

Тема 6. Учебно-тренировочные занятия

Физические упражнения из различных видов спорта, оздоровительных систем физических упражнений.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:

В ходе реализации дисциплины «Физическая культура» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

- при проведении занятий семинарского типа: опрос, тестирование, реферат
- при контроле самостоятельной работы студентов: опрос, тестирование, реферат

Промежуточная аттестация проводится в форме: зачёта

Этап(ы) освоения компетенций:

УК-6.1.1 Способен вовлекаться в организованные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия.

УК-6.1.2 Способен вовлекаться в самостоятельные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия

УК-6.2.1 Способен вовлекаться в самостоятельные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия

УК-6.2.2 Способен поддерживать уровень своей физической подготовленности на основе самостоятельного выбора вида физкультурно-спортивной деятельности, исходя из личных и профессиональных целей

Результат формирования компетенции:

На уровне знаний:

- знания о роли и основах физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;

На уровне знаний:

- знания о роли и основах физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;

На уровне умений:

умения творческого использования средств и методов физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

На уровне умений:

умения творческого использования средств и методов физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

Этап(ы) освоения компетенций:

ПК-18.1.1 способность физически осуществлять действия по обороне

ПК-18.1.2 способность осуществлять самостоятельно действия по силовому пресечению правонарушений

ПК-18.1.3 способность осуществлять действия по силовому пресечению правонарушений, применяемые в деятельности различных государственных структур

ПК-18.1.4 способность осуществлять действия по силовому пресечению правонарушений, применяемые в деятельности правоохранительных органов, по линии которых осуществляется подготовка специалистов

Результат формирования компетенции:

На уровне знаний:

Правила внутреннего контроля, программы и процедуры, регламентирующие выполнение требований законодательства

Классификатор рисков и процессов и карта рисков организации

Основная литература:

1. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-02483-8. Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E>