



**Негосударственное аккредитованное некоммерческое  
частное образовательное учреждение высшего образования  
«АКАДЕМИЯ МАРКЕТИНГА И СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ – ИМСИТ»  
(г. Краснодар)**

**Кафедра технологий сервиса и деловых коммуникаций**

Рассмотрено и одобрено на заседании  
кафедры Технологий сервиса и деловых  
коммуникаций Академии ИМСИТ,  
протокол №8 от 19 марта 2018 года,  
зав. кафедрой, доцент

  
\_\_\_\_\_  
Н.И. Севрюгина

**УТВЕРЖДЕНО**  
Научно-методическим советом академии  
протокол №8 от 16 апреля 2018 года  
Для  
Председатель ИМС,  
проректор по учебной работе,  
профессор

  
\_\_\_\_\_  
Н.Н. Павелко

**Б1.Б.34 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**Б1.Б.35.02 Адаптивная физическая культура и спорт**

**АННОТАЦИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки

38.03.03 Управление персоналом

Направленность (профиль) образовательной программы:  
«Управление персоналом организации»

Квалификация

Бакалавр

Краснодар  
2018

**Цель изучения дисциплины:**

**Целью** дисциплины Б1.Б.35 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Б1.Б.35.02 Адаптивная физическая культура и спорт студентов вуза является 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.

**Задачи дисциплины:**

1. Создание организационно-педагогических условий для формирования компетенций сохранения и укрепления своего собственного здоровья.

2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

3. Организация системы физического воспитания для овладения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте.

4. Организация системы физического воспитания для приобретения личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии.

5. Создание организационно- педагогической основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

**Краткая характеристика учебной дисциплины (основные блоки, темы)**

**Практический раздел (64 часа)**

Тема 2.1. Организационно-методическое занятие (2 часа)  
Ознакомление студентов с порядком освоения дисциплины в учебно-тренировочной группе «Адаптивная физическая культура и спорт» и правилами поведения в течение обучения в Академии маркетинга и социально-информационных технологий.

**Контрольные тесты по общей физической Контрольные упражнения и функциональные пробы для студентов специального отделения (2 часа)**

Тесты 1	Низкий «3»	Средний «4»	Высокий «5»
Тест Купера (м)2	1490-1300	1690-1500	1700 и более
Бросок набивного мяча (м)3	5.00	5.49-5.01	5.50 и более
Тест на гибкость (см)4	По приросту результата в течение семестра		
Индекс Руффье (баллы)5	11-15	5-10	0-4
Проба Штанге(сек)6	По приросту результата в течение семестра		
Проба Генчи (сек)7	По приросту результата в течение семестра		
Проба Ромберга (сек)8	По приросту результата в течение семестра		

	<p><sup>1</sup>Результаты контрольных упражнений оцениваются в динамике по приросту от исходных показателей. При зачете учитываются результаты трех контрольных упражнений по выбору студента.</p> <p><sup>2</sup>Тест К. Купера – 12 минутный бег в чередовании с ходьбой)</p> <p><sup>3</sup>Бросок набивного мяча выполняется из-за головы (девочки 1 кг, юноши 2 кг), исходное положение – сед ноги врозь.</p> <p><sup>4</sup>Наклон вперед в положении стоя на гимнастической скамейке (см.)</p>
<b>Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:</b>	<p>ОК – 7. Способностью к самоорганизации и самообразованию</p> <p>ОК –8. Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины:</b>	<p><b>Знать</b> основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p>Понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;</p> <p><b>Уметь</b> приобрести личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p><b>Владеть</b> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке);</p>
<b>Формы проведения занятий, образовательные технологии</b>	<p>Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы и подразделы программы:</p> <p>—<b>практический</b>, состоящий из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, и учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;</p> <p>—<b>контрольный</b>, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.</p>
<b>Используемые инструментальные и программные средства:</b>	<p>- большой игровой зал - (с инвентарным обеспечением) – 39 x 17 м</p> <p>- зал специальной подготовки (с инвентарным обеспечением) 24 x 12 м</p> <p>- спортивный городок 10x8м</p> <p><b>Средства обеспечения освоения дисциплины</b></p> <p><b>Методико-практические занятия</b></p> <p>-инструкции и методическая литература</p> <p>-приборы врачебно-педагогического контроля</p> <p>-специальная литература по педагогике и видам спорта, физиологии и психологии спорта</p>

	<p>-справочная литература  -приборы оценки работоспособности  <b>Учебно-тренировочные занятия</b>  - приборы контроля развития основных физических качеств, уровня физической и спортивной подготовленности  - спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивные залы, стадионы, спортивные площадки  <b>Контрольные занятия</b>  - таблицы контрольных тестов физической подготовленности по видам спорта  - тесты оценки теоретической и методической подготовленности студентов</p>
<b>Формы промежуточного контроля:</b>	Текущие оценки знаний, умений, навыков, участие в соревнованиях различного уровня, тестирование, рефераты.
<b>Общая трудоемкость изучения дисциплины:</b>	246 ч.
<b>Форма итогового контроля знаний:</b>	зачет.