

Документ подписан простой электронной подписью

Информационно-образовательное учреждение высшего образования

ФИО: Агабекян Раиса Левоновна

образования

Должность: ректор «Академия маркетинга и социально-информационных технологий – ИМСИТ»

Дата подписания: 11.03.2024 16:14:50

(г. Краснодар)

Уникальный программный ключ:

(НАН ЧОУ ВО Академия ИМСИТ)

4237c7ccb9b9e111bbaf1f4fcd9201d015c4dbaa123ff774747307b9b9fbcbe

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе,

доцент Севрюгина Н.И.

25.12.2023

**Б1.О.ДЭ.01.01**

## **Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка**

### **Аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой	<b>Кафедра педагогики и межкультурных коммуникаций</b>
Учебный план	38.03.01 Экономика
Квалификация	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>очная</b>
Программу составил(и):	Препод., Тиньгаев Е.Г.; Препод., Борисова А.В.

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	
Неделя	16 5/6		16 1/6		16 5/6		16 1/6		16 5/6		16 1/6		
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП
Практические	64	64	64	64	64	64	36	36	64	64	36	36	328
Контактная работа на аттестации			0,2	0,2			0,2	0,2			0,2	0,2	0,6
Итого ауд.	64	64	64	64	64	64	36	36	64	64	36	36	328
Контактная работа	64	64	64,2	64,2	64	64	36,2	36,2	64	64	36,2	36,2	328,6
Сам. работа			1,8	1,8			0,8	0,8			0,8	0,8	3,4
Итого	64	64	66	66	64	64	37	37	64	64	37	37	332

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	формирование физической культуры личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной
1.2	деятельности.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.ДЭ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	общая физическая подготовка
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка
2.2.2	Основы национальной безопасности

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**Планируемые результаты обучения (показатели освоения индикаторов компетенций)**

**УК-7.1: Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности**

**Знать:**

удовлетворительно здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

хорошо здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

отлично здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

**Уметь:**

удовлетворительно применять здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

хорошо применять здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

отлично применять здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

**Владеть:**

удовлетворительно навыками применения здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

хорошо навыками применения здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

отлично навыками применения здоровьесберегающие 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:**

удовлетворительно свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

хорошо свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

отлично свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

**Уметь:**

удовлетворительно применять свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

хорошо применять свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

отлично применять свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

<b>Владеть:</b>
удовлетворительно навыками применения своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
хорошо навыками применения своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
отлично навыками применения своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
<b>УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</b>
<b>Знать:</b>
удовлетворительно нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
хорошо нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
отлично нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
<b>Уметь:</b>
удовлетворительно применять нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
хорошо применять нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
отлично применять нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
<b>Владеть:</b>
удовлетворительно навыками применения нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
хорошо навыками применения нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
отлично навыками применения нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
	удовлетворительно здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
	удовлетворительно свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
	удовлетворительно нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
	удовлетворительно применять здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
	удовлетворительно применять свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
	удовлетворительно применять нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
	удовлетворительно навыками применения здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
	удовлетворительно навыками применения своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
	удовлетворительно навыками применения нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности